

25.10.2024 г.

1-4 классы



МЕНЮ



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №1»

Е.А. Каландарова

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность Б
Завтрак						
Икра кабачковая	60,00	12,83	1,60	4,30	8,70	80,30
Тефтели из говядины с соусом	90,00	38,10	6,70	7,33	8,38	157,00
Капуста тушеная	150,00	19,06	2,77	5,01	14,14	112,60
Чай с сахаром	200,00	1,78	0,50	0,00	9,50	40,00
Печенье	20,00	2,60	1,70	2,30	13,90	82,90
Хлеб ржаной	20,00	1,66	1,10	0,20	9,80	45,60
Хлеб пшеничный	30,00	1,93	2,00	0,30	15,10	70,60
Молоко в упаковке тетрапак	200,00	25,50	10,00	6,00	9,40	106,00
итого	770,00	103,46	26,37	25,44	88,92	695,00
обед						
Горошек зеленый, консервированный	60,00	19,32	2,11	0,97	4,25	33,71
Суп картофельный с крупой (перловой)	250,00	9,65	2,00	2,70	12,11	85,75
Шницель рыбный натуральный	90,00	65,27	12,60	13,90	7,48	204,50
Рагу из овощей	150,00	15,72	2,30	15,70	12,29	202,86
Напиток из плодов шиповника	200,00	8,60	0,40	0,30	17,20	72,80
Фрукты свежие (яблоко)	100,00	7,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Хлеб пшеничный	60,00	3,85	4,10	0,50	30,10	140,30
Хлеб ржаной	30,00	2,49	1,70	0,30	14,80	69,00
итого	940,00	131,90	24,10	34,77	108,03	855,92
полдник						
Блинчики с джемом	100,00	7,00	2,02	3,15	42,41	238,82
Чай с лимоном	200,00	2,93	0,13	0,02	15,20	62,00
итого	300,00	9,93	2,15	3,17	57,61	300,82
ИТОГО	2010,00	245,29	52,62	63,38	254,56	1851,74