УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУСОШ № 1
Ю.С. Леонтьева
От 22.01.2024 г.

МЕНЮ
На 22 января 2024 года

Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
ЗАВТРАК						
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	6,94
Сыр Российский (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,00	14,29
Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56,60	9,37
Каша жидкая молочная манная со сливочным маслом	200/20	5,31	5,71	25,31	174,31	23,22
Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	9,18
Хлеб пшеничный йодированный	40	42,20	0,36	24,00	96,04	2,48
Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	9,00
ИТОГО	680	18,95	25,17	80,34	616,45	74,48
ОБЕД						
Икра кабачковая промышленная	100	0,00	7,00	7,00	90,00	14,44
Суп из овощей со сметаной	250	1,59	4,99	9,15	95,25	11,40
	10	0,13	1,00	0,17	11,25	
Суфле из кур или бройлеров – цыплят с маслом сливочным	100/10	15,62	23,50	2,88	286,00	56,04
Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	180/9,0	6,48	5,88	39,36	236,16	9,70
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	4,44
Хлеб пшеничный йодированный	30	1,65	0,27	18,00	72,03	1,86
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,32
Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	9,00
ИТОГО	1059	27,23	43,62	128,14	1013,79	108,2

И.о шеф-повар О.В.Околелова