

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ СОШ №1
 Ю.С. Леонтьева 
 От 05.04.2024 г.



МЕНЮ
 На 5 апреля 2024 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углевод ы | Энергетичес кая ценность, ккал. | Цена, руб. |
|---|---------------|--------------|--------------|---------------|--|---------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 33,00 | 3,47 |
| Сыр Российский (порциями) | 10 | 2,32 | 2,95 | 0,00 | 36,00 | 7,15 |
| Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком | 150/20 | 22,27 | 15,40 | 0,66 | 392,44 | 65,83 |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,10 | 0,00 | 13,76 | 55,13 | 1,98 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,10 | 0,18 | 12,00 | 48,02 | 1,24 |
| Яблоко свежее | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 | 9,00 |
| ИТОГО | 570 | 26,43 | 22,76 | 41,19 | 635,09 | 88,67 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Нарезка из соленых помидор | 60 | 0,67 | 0,06 | 2,10 | 12,00 | 6,27 |
| Борщ с фасолью картофелем со сметаной | 200 | 2,85 | 4,09 | 11,33 | 102,20 | 9,94 |
| | 10 | 0,13 | 1,00 | 0,17 | 11,25 | |
| Гуляш из говядины | 50/50 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | 221,00 | 59,62 |
| Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом | 150/5,4 | 8,59 | 6,09 | 38,64 | 243,77 | 11,38 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 4,44 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,10 | 0,18 | 12,00 | 48,02 | 1,24 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,00 | 0,22 | 9,00 | 38,00 | 1,32 |
| Зефир | 40 | 0,20 | 0,00 | 32,00 | 129,02 | 9,12 |
| ИТОГО | 805,40 | 29,24 | 28,65 | 136,19 | 921,06 | 103,33 |

И.о шеф-повар 

О.В.Околелова