

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУ СОШ № 1  
 Ю.С. Леонтьева   
 От 22.05.2024 г.



МЕНЮ  
 На 22 мая 2024 года

Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
<b>ЗАВТРАК</b>						
Нарезка из белокачанной капусты	100	1,71	5,00	8,46	85,70	6,58
Плов из курицы	100/180	25,22	12,52	51,03	257,56	60,53
Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	13,76	55,13	1,98
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
Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	9,12
<b>ИТОГО</b>	<b>685</b>	<b>29,48</b>	<b>16,26</b>	<b>130,26</b>	<b>612,14</b>	<b>81,39</b>
<b>ОБЕД</b>						
Нарезка из свежих помидор	100	1,12	0,10	3,50	20,00	24,78
Суп картофельный с бобовыми	250	5,49	5,27	16,54	148,25	5,45
Каша ячневая вязкая со сливочным маслом	180/6,0	4,02	4,36	26,40	158,89	6,19
Печень по- строгановски со сметанным соусом	100/50	19,89	16,85	5,28	277,50	55,65
Кисель из яблок свежих	200	0,11	0,12	25,09	119,20	4,49
Хлеб пшеничный йодированный	40	2,20	36,00	24,00	96,04	2,48
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,32
<b>ИТОГО</b>	<b>946</b>	<b>33,81</b>	<b>63,02</b>	<b>110,11</b>	<b>859,88</b>	<b>100,36</b>

И.о шеф-повар

О.В.Околелова