

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУ СОШ № 1  
 Ю.С. Леонтьева  
 От 25.09.2024 г.



МЕНЮ  
 На 25 сентября 2024 года  
 Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетичес кая ценность, ккал.	Цена, руб.
<b>ЗАВТРАК</b>						
Нарезка из свежих помидор	100	1,10	0,20	3,80	22,00	14,16
Мясо тушеное (говядина)	50/50	15,20	17,38	2,56	225,00	71,97
Каша ячневая вязкая со сливочным маслом	180/6,0	14,02	4,36	26,40	158,89	6,97
Какао с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	10,57
Хлеб пшеничный йодированный	30	1,65	0,27	18,00	72,03	2,34
Хлеб ржаной	25	1,25	0,28	11,25	47,50	2,10
Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	9,71
<b>ИТОГО</b>	<b>681</b>	<b>24,74</b>	<b>23,84</b>	<b>109,91</b>	<b>735,44</b>	<b>117,82</b>
<b>ОБЕД</b>						
Нарезка из свежего огурца	100	0,70	0,10	1,90	12,00	12,61
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,68	2,84	17,45	118,25	6,64
Шницель рыбный натуральный	105	13,21	14,64	8,72	219,54	87
Картофельное пюре со слив. маслом	180/9,0	3,60	0,72	28,44	134,64	21,52
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	5,25
Хлеб пшеничный йодированный	30	1,65	0,27	18,00	72,03	2,34
Хлеб ржаной	30	1,50	0,33	13,50	57,00	2,52
Яблоко свежее	150	0,48	0,48	11,76	56,40	10,50
<b>ИТОГО</b>	<b>1054</b>	<b>24,49</b>	<b>19,47</b>	<b>131,78</b>	<b>802,66</b>	<b>148,38</b>

Шеф-повар

О.В.Околелова