

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ СОШ № 1
 Ю.С. Леонтьева
 От 03.09.2024 г.



МЕНЮ
 На 3 сентября 2024 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
ЗАВТРАК						
Нарезка из свежих помидор	60	0,66	0,12	2,28	13,20	8,50
Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным	90/20	16,22	5,34	13,88	173,91	35,58
Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом	150/5	4,00	4,24	24,56	152,41	5,86
Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	9,18
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
Печенье топленое молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,60	3,61
ИТОГО	590	25,13	16,67	97,06	642,14	65,29
ОБЕД						
Нарезка из свежего огурца	60	0,42	0,06	1,14	7,20	7,57
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,41	3,96	6,31	71,80	8,37
	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	8,59	6,09	38,64	243,77	11,38
Сок яблочный промышленный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	8,67
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
ИТОГО	765	28,195	28,3	90,35	725,84	98,17

Шеф-повар *EQ*

Е.А. Олейникова.