

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУ СОШ № 1  
 Ю.С. Леонтьева



От 03.09.2024 г.

МЕНЮ  
 На 03 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
Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным	100/20	17,69	5,82	15,14	189,72	38,97
Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом	180/6	4,81	5,10	29,50	183,06	7,02
Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	19,18
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,24
Хлеб ржаной	25	1,25	0,28	11,25	47,50	1,65
Печенье топленое молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,60	3,61
<b>ИТОГО</b>	<b>676</b>	<b>28,10</b>	<b>18,15</b>	<b>107,03</b>	<b>706,90</b>	<b>85,83</b>
<b>ОБЕД</b>						
Нарезка из свежего огурца	100	0,70	0,10	1,90	12,00	12,61
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,76	4,95	7,89	89,75	9,78
	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	180/6	10,31	7,31	46,37	292,52	13,60
Сок яблочный промышленный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	8,67
Хлеб пшеничный йодированный	40	2,20	0,36	24,00	96,04	2,48
Хлеб ржаной	30	1,50	0,33	13,50	57,00	1,98
<b>ИТОГО</b>	<b>916</b>	<b>32,15</b>	<b>30,84</b>	<b>116,92</b>	<b>864,36</b>	<b>108,74</b>

Шеф-повар *ЕЛ*

Е.А. Олейникова.