

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ СОШ № 1
Ю.С. Леонтьева
От 30.09.2024 г.

МЕНЮ
На 30 сентября 2024 года

Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетичес кая ценность, ккал.	Цена, руб.
ЗАВТРАК						
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	8,44
Сыр Российский (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00	6,41
Горошек консервированный	100	2,83	0,17	5,83	36,83	24,33
Омлет натуральный со сливочным маслом	180/6	15,24	21,60	3,96	270,60	45,07
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	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,68
Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	9,71
ИТОГО	596,00	24,64	33,81	84,82	729,48	108,55
ОБЕД						
Нарезка из свежего огурца	100	0,70	0,10	1,90	12,00	12,61
Суп крестьянский с крупой	250	1,48	4,92	6,09	76,25	7,23
Мясо духовое (с картофелем и овощами)	50/180	21,67	24,16	20,38	311,10	80,71
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	4,80
Хлеб пшеничный йодированный	30	1,95	0,27	18,00	72,03	2,34
Хлеб ржаной	30	1,65	0,33	13,50	57,00	2,52
Печенье топленое молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,60	3,72
ИТОГО	865,00	28,44	35,16	107,19	778,58	113,93

Шеф-повар

О.В.Околелова.