

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

От 14.10.2024 г.



На 14 октября 2024 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
ЗАВТРАК						
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,26	0,14	66,00	8,44
Сыр Российский (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00	6,41
Горошек консервир.со сливочным маслом	60,0	1,70	0,10	3,50	22,10	14,16
Омлет натуральный со сливочным маслом	150/5	12,70	18,00	3,30	225,50	43,40
Какао с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	10,57
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,56
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	515,00	20,42	30,06	75,84	645,64	95,93
ОБЕД						
Нарезка из свежего огурца	60	0,42	0,06	1,14	7,20	7,57
Суп крестьянский с крупой	200	1,19	3,93	4,87	61,00	5,77
Мясо духовое (с картофелем и овощами)	50/150	18,84	21,01	17,72	270,52	78,33
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	20	1,10	0,22	9,00	38,00	1,68
Печенье топленное молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,60	3,72
ИТОГО	735	24,49	30,87	98,05	698,95	104,21

Шеф-повар

О.В.Околелова.