

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУ СОШ № 1  
 Ю.С. Леонтьева   
 От 17.10.2024 г.



МЕНЮ  
 На 17 октября 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>						
Квашеная капуста	100	1,71	5,00	8,46	85,70	15,12
Плов из курицы	100/180	25,22	12,52	51,03	257,56	103,34
Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	13,76	55,13	2,02
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
<b>ИТОГО</b>	<b>685</b>	<b>29,88</b>	<b>18,01</b>	<b>132,25</b>	<b>637,44</b>	<b>134,21</b>
<b>ОБЕД</b>						
Нарезка из соленых помидор	100	1,12	0,10	3,50	20,00	15,73
Суп картофельный с бобовыми	250	5,49	5,27	16,54	148,25	7,51
Каша ячневая вязкая со сливочным маслом	180/6,0	4,02	4,36	26,40	158,89	6,97
Печень по- строгановски со сметанным соусом	100/50	19,89	16,85	5,28	277,50	59,79
Кисель из яблок свежих	200	0,11	0,12	25,09	119,20	5,02
Хлеб пшеничный йодированный	40	2,20	36,00	24,00	96,04	3,12
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,68
<b>ИТОГО</b>	<b>946</b>	<b>33,83</b>	<b>62,92</b>	<b>109,81</b>	<b>857,88</b>	<b>99,82</b>

Шеф-повар

О.В.Околелова