

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУ СОШ № 1  
 Ю.С. Леонтьева  
 От 20.11.2024 г.



МЕНЮ  
 На 20 ноября 2024 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетичес кая ценность, ккал.	Цена, руб.
<b>ЗАВТРАК</b>						
Квашеная капуста	60	1,02	3,00	5,08	51,42	
Плов из курицы	100/150	22,52	11,18	45,57	229,96	99,94
Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	13,76	55,13	2,02
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
<b>ИТОГО</b>	<b>605</b>	<b>25,94</b>	<b>14,58</b>	<b>117,41</b>	<b>551,55</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Нарезка из соленых помидор	60	0,67	0,06	2,10	12,00	9,43
Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,23	118,60	6
Каша ячневая вязкая со сливочным маслом	150/5,0	3,35	3,63	22,00	132,39	5,81
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	0,36	24,00	96,04	3,12
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,68
<b>ИТОГО</b>	<b>825</b>	<b>31,61</b>	<b>25,46</b>	<b>100,70</b>	<b>793,73</b>	<b>90,85</b>

Шеф-повар

О.В.Околелова