

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУ СОШ № 1  
 Ю.С. Леонтьева  
 От 21.11.2024 г.



МЕНЮ  
 На 21 ноября 2024 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
<b>ЗАВТРАК</b>						
Кукуруза отварная	60,00	1,20	0,20	6,10	31,30	27,61
Рыба запеченная под молочным соусом (скумбрия)	70/20	7,03	10,44	8,70	156,60	51,33
Картофельное пюре со сливочным маслом	150/7,5	3,08	2,33	19,13	109,73	17,93
Чай с лимоном	200/7	0,11	0,00	13,96	56,23	3,42
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
Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	10,50
<b>ИТОГО</b>	<b>704,50</b>	<b>14,12</b>	<b>13,97</b>	<b>83,59</b>	<b>510,38</b>	<b>114,03</b>
<b>ОБЕД</b>						
Икра кабачковая промышленная	60	0,00	4,20	4,20	54,00	7,49
Борщ с картофелем со сметаной	200	1,62	4,01	10,75	93,60	11,16
	10	0,13	1,00	0,17	11,25	
Шницель натуральный рубленный с соусом сметанным с томатом	100/30	13,62	16,28	14,89	263,25	67,48
Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	150/7,5	5,40	4,90	32,80	196,80	9,59
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	5,25
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
<b>ИТОГО</b>	<b>797,5</b>	<b>23,53</b>	<b>30,88</b>	<b>115,82</b>	<b>837,72</b>	<b>104,21</b>

Шеф-повар

*О.В.*

О.В.Околелова