

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУ СОШ № 1  
 Ю.С. Леонтьева   
 От 27.11.2024 г.



**МЕНЮ**  
 На 27 ноября 2024 года

Возрастная категория от 12 до 18 лет

| Наименование блюда                       | Выход, г    | Белки        | Жиры         | Углевод<br>ы  | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал. | Цена, руб.    |
|--|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                           |             |              |              |               |                                      |               |
| Нарезка из соленых помидор               | 100         | 1,12         | 0,10         | 3,50          | 20,00                                | 15,73         |
| Мясо тушеное (говядина)                  | 50/50       | 15,20        | 17,38        | 2,56          | 225,00                               | 71,97         |
| Каша ячневая вязкая со сливочным маслом  | 180/6,0     | 14,02        | 4,36         | 26,40         | 158,89                               | 6,97          |
| 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                              | 25          | 1,25         | 0,28         | 11,25         | 47,50                                | 2,10          |
| Зефир                                    | 40          | 0,20         | 0,00         | 32,00         | 129,02                               | 9,71          |
| <b>ИТОГО</b>                             | <b>681</b>  | <b>24,76</b> | <b>23,74</b> | <b>109,61</b> | <b>733,44</b>                        | <b>119,39</b> |
| <b>ОБЕД</b>                              |             |              |              |               |                                      |               |
| Нарезка из соленого огурца               | 100         | 0,80         | 0,10         | 1,70          | 10,00                                | 15,73         |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250         | 2,68         | 2,84         | 17,45         | 118,25                               | 6,64          |
| Шницель рыбный натуральный               | 105         | 13,21        | 14,64        | 8,72          | 219,54                               | 87            |
| Картофельное пюре со слив. маслом        | 180/9,0     | 3,60         | 0,72         | 28,44         | 134,64                               | 21,52         |
| Компот из сухофруктов                    | 200         | 0,66         | 0,09         | 32,01         | 132,80                               | 5,25          |
| Хлеб пшеничный йодированный              | 30          | 1,65         | 0,27         | 18,00         | 72,03                                | 2,34          |
| Хлеб ржаной                              | 30          | 1,50         | 0,33         | 13,50         | 57,00                                | 2,52          |
| Яблоко свежее                            | 150         | 0,48         | 0,48         | 11,76         | 56,40                                | 10,50         |
| <b>ИТОГО</b>                             | <b>1054</b> | <b>24,59</b> | <b>19,47</b> | <b>131,58</b> | <b>800,66</b>                        | <b>151,5</b>  |

Шеф-повар

О.В.Околелова