

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ СОШ №1
 Ю.С. Леонтьева
 От 19.12.2024 г.



МЕНЮ

На 19 декабря 2024 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетичес кая ценность, ккал.	Цена, руб.
ЗАВТРАК						
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	180/7	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	100	0,60	0,60	14,70	70,50	10,50
ИТОГО	634,50	14,12	13,97	83,59	510,38	114,03
ОБЕД						
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	90/30	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	180	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
ИТОГО	767,5	23,53	30,88	115,82	837,72	104,21

Шеф-повар

О.В.Околелова