


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



**МЕНЮ**  
 На 19 декабря 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>						
Кукуруза отварная	100	2,00	0,33	10,17	52,17	46,07
Рыба запеченная под молочным соусом (скумбрия)	80/20	7,71	11,60	9,67	174,00	57,26
Картофельное пюре со сливочным маслом	180/9,0	3,70	2,80	22,96	131,68	21,52
Чай с лимоном	200/7	0,11	0,00	13,96	56,23	3,42
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	2,10
Яблоко свежее	100	0,60	0,60	14,70	70,50	10,50
<b>ИТОГО</b>	<b>746,00</b>	<b>16,87</b>	<b>15,82</b>	<b>98,46</b>	<b>594,61</b>	<b>143,21</b>
<b>ОБЕД</b>						
Икра кабачковая промышленная	100	0,00	7,00	7,00	90,00	12,49
Борщ с картофелем со сметаной	250	2,03	5,02	13,44	117,00	13,25
	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	180/9,0	6,48	5,88	39,36	236,16	11,51
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	20	1,00	0,22	9,00	38,00	2,10
<b>ИТОГО</b>	<b>929</b>	<b>25,57</b>	<b>35,76</b>	<b>133,87</b>	<b>960,49</b>	<b>114,42</b>

Шеф-повар 

О.В.Околелова