

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ СОШ № 1
 Ю.С. Леонтьева 
 От 16.01.2025 г.



МЕНЮ
 На 16 января 2025 года

Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетичес кая ценность, ккал.	Цена, руб.
ЗАВТРАК						
Птица отварная	100	32,12	2,38	1,12	154,75	55,57
Рагу из овощей	180/9	3,30	8,04	15,13	13,83	23,35
Чай с лимоном	200/7	0,11	0,00	13,96	56,23	3,42
Хлеб пшеничный йодированный	40	2,20	0,36	24,00	96,04	3,12
Пирожок с джемом	60	1,70	1,70	38,90	185,40	17
ИТОГО	587	39,43	12,48	93,11	606,25	102,46
ОБЕД						
Икра свекольная	100	2,20	7,00	11,30	119,00	16,13
Суп картофельный с бобовыми (фасолью)	250	5,49	5,27	16,54	148,25	9,95
Котлеты особые (из говядины) с соусом сметанным с томатом	100/30	13,44	17,42	14,01	268,13	67,48
Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом	180/6,0	4,18	4,24	24,77	15,73	7,01
Сок яблочный промышленный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	8,53
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
ИТОГО	926	29,46	34,53	118,32	902,94	113,96

Шеф-повар

О.В.Околелова