

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ СОШ №1
 Ю.С. Леонтьева

От 22.01.2025 г.



МЕНЮ
 На 22 января 2025 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
ЗАВТРАК						
Квашеная капуста	60	1,02	3,00	5,08	51,42	9,10
Плов из курицы	90/150	22,52	11,18	45,57	229,96	99,94
Чай с сахаром	180/7	0,10	0,00	13,76	55,13	2,02
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	527	25,74	14,58	85,41	422,53	114,3
ОБЕД						
Нарезка из соленых помидор	60	0,67	0,06	2,10	12,00	9,43
Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,23	118,60	6
Каша ячневая вязкая со сливочным маслом	150/5,0	3,35	3,63	22,00	132,39	5,81
Печень по- строгановски со сметанным соусом	90/50	19,89	16,85	5,28	277,50	59,79
Кисель из яблок свежих	180	0,11	0,12	25,09	119,20	5,02
Хлеб пшеничный йодированный	40	2,20	0,36	24,00	96,04	3,12
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,68
ИТОГО	825	31,61	25,46	100,70	793,73	90,85

Шеф-повар

О.В.Околелова