

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ СОШ №1
 Ю.С. Леонтьева
 От 22.01.2025 г.



МЕНЮ
 На 22 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 | | | | | | |
| Квашеная капуста | 100 | 1,71 | 5,00 | 8,46 | 85,70 | 15,12 |
| Плов из курицы | 100/180 | 25,22 | 12,52 | 51,03 | 257,56 | 103,34 |
| Чай с сахаром | 200/7 | 0,10 | 0,00 | 13,76 | 55,13 | 2,02 |
| 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 | 1,68 |
| ИТОГО | 637 | 29,68 | 18,01 | 100,25 | 508,42 | 124,5 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Нарезка из соленых помидор | 100 | 1,12 | 0,10 | 3,50 | 20,00 | 15,73 |
| Суп картофельный с бобовыми | 250 | 5,49 | 5,27 | 16,54 | 148,25 | 7,51 |
| Каша ячневая вязкая со сливочным маслом | 180/6,0 | 4,02 | 4,36 | 26,40 | 158,89 | 6,97 |
| Печень по- строгановски со сметанным соусом | 100/50 | 19,89 | 16,85 | 5,28 | 277,50 | 59,79 |
| Кисель из яблок свежих | 200 | 0,11 | 0,12 | 25,09 | 119,20 | 5,02 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 40 | 2,20 | 36,00 | 24,00 | 96,04 | 3,12 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,00 | 0,22 | 9,00 | 38,00 | 1,68 |
| ИТОГО | 946 | 33,83 | 62,92 | 109,81 | 857,88 | 99,82 |

Шеф-повар



О.В.Околелова