

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

О.В.Шаталова

МЕНЮ на 09.10.2023 года

Завтрак 1-4

№ п/п	Наименование блюда	Стоимость	Выход (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
					Б	Ж	У
1	Запеканка творожная со сгущенкой	35,48	170/30	361,52	14,9	14,38	31,5
2	Чай с лимоном	3,00	200	58,6	0,24	0,06	15,22
3	Хлеб пшеничный	5,06	40	88,8	3,04	0,32	19,68
4	Яблоко	15,00	150	42,7	0,4	0,4	10,0
	ИТОГО	58,54					

Обед 1-4

№ п/п	Наименование блюда	Стоимость	Выход (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
					Б	Ж	У
1	Салат из свежих помидор и огурцов с луком заправленный растительным маслом	16,80	60	28,09	0,34	2,05	1,74
2	Борщ со свежей капустой и картофелем на бульоне	21,12	200	59,65	1,37	2,50	7,80
3	Плов с птицей	42,65	230	407,6	16,15	2,120	8,76
4	Сок фруктовый	12,00	200	86,4	0,2	17,02	48,46
5	Хлеб ржано-пшеничный	2,95	70	126,7	1,85	0,26	22,2
6	ИТОГО	95,52					

Завтрак 5-11

№ п/п	Наименование блюда	Стоимость	Выход (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
					Б	Ж	У
1	Запеканка творожная со сгущенкой	35,48	170/30	361,52	14,9	14,38	31,5
2	Чай с лимоном	3,00	200	58,6	0,24	0,06	15,22
3	Хлеб пшеничный	5,06	40	88,8	3,04	0,32	19,68
	Яблоко	15,00	150	42,7	0,4	0,4	10,0
	ИТОГО	58,54					

Обед 5-11

№ п/п	Наименование блюда	Стоимость	Выход (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
					Б	Ж	У
1	Салат из свежих помидор и огурцов с луком заправленный растительным маслом	16,80	60	28,09	0,34	2,05	1,74
2	Борщ со свежей капустой и картофелем на бульоне	21,12	200	59,65	1,37	2,50	7,80
3	Плов с птицей	42,65	230	407,6	16,15	2,120	8,76
4	Сок фруктовый	12,00	200	86,4	0,2	17,02	48,46
	Хлеб ржано-пшеничный	2,95	70	126,7	1,85	0,26	22,2
	ИТОГО	95,52					

Мед. сестра

S
РоднС.А. Семенова
О.А. Родионова