

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ СОШ № 15
Разина А.В..



МЕНЮ 7 день
На 17.10.2023 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из квашенной капусты	60	1,02	3	5,07	51,42	3,59
Каша гречневая вязкая	150	4,58	5	20,52	145,5	20,77
Гуляш из говядины	100	14,55	16,79	2,89	221	93,92
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	16,9
Хлеб пшеничный	30	1,92	0,24	14,76	68,88	2,02
						137,20

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	9,1
Суп лапша домашняя	200	2,05	4,43	9,3	92,6	6,91
Рагу из овощей с кабачками и баклажанами	150	3,1	4,85	14,1	112,6	12,97
Котлета из птицы	90	12,27	13,71	13,32	234	63,75
Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	11,76
Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	12,3	57,4	1,68
Хлеб ржаной	25	1,38	0,25	11,77	54,85	1,71
Вафли	30	0,8	1	20,02	106,2	6,49
ИТОГО	1360	48,47	52,77	165,35	1362,25	114,37

Старший повар _____

