

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ СОШ № 15

Разина А.В.

ФИО, подпись, (М.П.)

№15

МЕНЮ 2 день
На 20.02.2024 года

Возрастная категория от 7 до 14 лет

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из белокочанной капусты (завтрак)	40	0,77	1,64	3,75	33,05	4,05
Тефтели 2 вариант (свинина) 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	53,19
Макаронные изделия отварные с маслом (завтрак)	100	3,88	5,11	22,41	152,77	15,05
Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	5,38
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	3,14
Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	1,37
						82,17

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Борщ с капустой и картофелем	200	1,62	4,14	10,72	86,84	8,95
Салат из свеклы отварной	60	0,90	2,46	5,28	46,78	11,10
Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	105	14,85	6,55	7,97	147,17	30,48
Картофель отварной с маслом отварной	180	3,46	6,79	23,98	180	21,89
Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	16,90
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	2,02
Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	1,37
Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	6,81
ИТОГО	1360	45	50,9	189,09	1353,17	198,33

Старший повар _____

