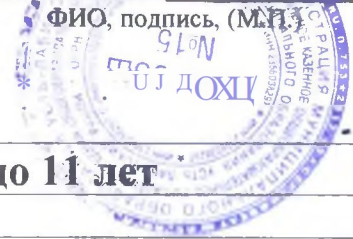


УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ СОШ № 15
Разина А.В.

МЕНЮ 4 день
На 22.02.2024 года



Возрастная категория от 7 до 11 лет

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Рыба тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/40	140	8,02	8,45	4,54	125,93	54,51
Рис отварной (завтрак)	90	2,30	3,59	24,03	137,64	13,05
Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	15,05
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
Фрукты св. (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	13,00
						98,99

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,77	4,95	12,90	89,75	10,29
Салат из свежих огурцов	60	0,62	3,64	1,28	40,32	6,55
Биточки паровые (говяж)	100	13,29	10,85	9,10	210,19	51,07
Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	150	7,59	5,19	42,02	234,39	11,92
Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	16,90
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	1,32
Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	1,37
Фрукты (слива)	100	0,80	0,30	9,60	44	13,00
ИТОГО						112,42

Старший повар _____

