

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ СОШ № 15

Разина А.В.

ФИО; подпись, (М.П.)

МЕНЮ 6 день МКОУ СОШ  
На 16.10.2023 года №15

**Возрастная категория от 7 до 11 лет**

**Завтрак**

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из свежих огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,2	6,55
Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,44	168,4	17,98
Котлета домашняя с соусом 90/65	155	11,5	13,77	13,53	275	74,48
Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	7,57
Хлеб ржаной	25	1,38	0,25	11,77	54,85	1,71

**Обед**

108,29

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	9,1
Икра свекольная	60	1,42	4,5	6,3	71,38	12,18
Суп из овощей со сметаной 200/5	205	1,37	4,79	7,52	84,2	12,9
Пюре картофельное	150	3,1	9,16	17,99	172,9	14,89
Поджарка из рыбы	90	8,4	6,17	9,51	164,8	60
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	16,9
Хлеб пшеничный	35	2,24	0,28	17,22	80,36	2,35
Хлеб ржаной	35	1,92	0,35	16,48	76,75	2,39
<b>ИТОГО</b>	<b>1460</b>	<b>44,06</b>	<b>51,5</b>	<b>88,49</b>	<b>1395,17</b>	<b>130,71</b>

Старший повар



