


УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МКОУ СОШ № 15  
Разина А.В.   
ФИО, подпись, (М.П.)

МЕНЮ 2 день  
На 28.11.2023 года

**Возрастная категория от 7 до 11 лет**

**Завтрак**

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из соленых помидор	60	0,67	0,06	2,1	12	9,83
Каша вязкая пшеничная	150	4	4,24	24,55	152,4	8,55
Мясо (говядина) тушеное	100	15,2	17,38	2,56	225	99,55
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	14,11
Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	12,3	57,4	1,68
Хлеб ржаной	20	1,1	0,2	9,42	43,88	1,37
						135,09

**Обед**

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из белокочанной капусты	80	1,05	2,56	5,17	48,3	4,92
Суп с мак. изд и картоф.	200	2,05	2,22	12,55	87,2	7,65
Пюре картофельное	150	3,1	9,16	17,99	172,9	15,01
Рыба туш. с овощ 80/80	160	15,6	7,92	6,08	168	49,71
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	8,98
Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	24,6	114,8	3,36
Хлеб ржаной	35	1,92	0,35	16,48	76,75	2,39
						92,02
<b>ИТОГО</b>	<b>1430</b>	<b>53,32</b>	<b>47,46</b>	<b>181,76</b>	<b>1392,03</b>	

Старший повар \_\_\_\_\_



