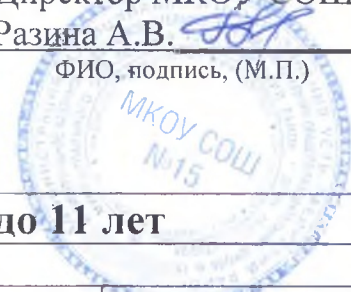


УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ СОШ № 15
Разина А.В.

ФИО, подпись, (М.П.)

МЕНЮ 10 день
19.01.2024



Возрастная категория от 7 до 11 лет

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	6	9,83
Плов из птицы(цып.бройлер)	210	18,9	9,4	38,27	313,6	59,34
Кисломолочный продукт(Йогурт 2,5 %жирности)	200	5,6	5	19,4	146	18,2
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
						90,76

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из белокочанной капусты	80	1,05	2,6	5,17	48,32	4,92
Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,71	4,87	9,78	93,8	8,47
Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,44	168,4	17,98
Фрикадельки из говядины в соусе	147	12,3	16,15	15,5	260,4	48
Чай с лимоном 200/15/7	200	0,13	0,02	15,2	62	6,1
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
ИТОГО	1372	52,83	43,69	188,55	1367,88	90,48

Старший повар _____

