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

МЕНЮ
На 19.04.2023 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	13,78
Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	6	10,69
Омлет с сыром	120	14,34	13,54	2,04	278	50,88
Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	12,8
Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	12,3	57,4	2,75
Кондитерское изделие печенье	30	2,2	2,9	22,2	105,6	9,23
Обед						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из свежих помидор	60	0,66	0,12	2,28	13,1	11,47
Суп из овощей со сметаной 200/5	205	1,37	4,79	7,52	84,2	8,71
Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,44	168,4	13,43
Биточек из говядины с соусом 90/54	144	15,08	18,04	16,47	291,6	80,06
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	11,34
Хлеб пшеничный	35	2,24	0,28	17,22	80,36	3,85
Хлеб ржаной	35	1,92	0,35	16,48	76,75	4,07
ИТОГО	1364	50,61	48,09	165,27	1379,21	233,06

МЕНЮ
На 19.04.2023 года

Возрастная категория от 12 и старше						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	13,78
Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	6	10,69
Омлет с сыром	150	17,92	16,9	2,55	347,4	60,6
Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	12,8
Хлеб пшеничный	30	1,92	0,24	14,76	68,88	3,3
Кондитерское изделие печенье	45	3,3	4,3	33,3	155	13,8
Обед						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
ИТОГО	585	27,82	24,8	72,73	710,28	114,97

Старший повар_____