

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

ФИО, подпись, (М.П.)

МЕНЮ 9 день
 на 19.12.2024 года



Возрастная категория от 7 до 11 лет

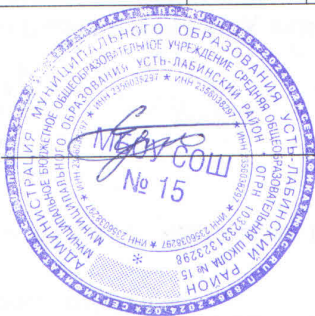
Завтрак


Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Икра кабачковая промыш, производства**	40	0,00	2,00	2,80	36	9,64
Омлет с сыром	150	13,83	16,07	2,52	212,52	113,90
Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	13,21
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	2,02
Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	6,81
Фрукты свежие яблоко	100	0,40	0,30	10,30	47	13,00
Итого	560	19,66	21,39	73,55	577,9	158,59

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Борщ	200	1,44	4,08	8,52	76,86	10,82
Морковь тушеная с луком	60	0,74	0,05	12,29	49,02	5,14
Тефтели 2-й вариант (свинина) 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	53,19
Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	150	7,59	5,19	42,02	234,39	11,92
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	9,62
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	2,69
Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	2,48
ИТОГО	790	24,92	18,20	130,32	785,92	95,86

Старший повар _____



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



МЕНЮ 9 день
 на 19.12.2024 года

Возрастная категория от 12 и старше						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Икра кабачковая промыш, производства**	60	0,00	3,00	4,20	54	10,31
Омлет с сыром	200	18,44	21,42	3,36	283,36	121,34
Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	13,21
Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,73	96,12	3,02
Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	6,81
Фрукты свеж. яблоко	100	0,40	0,30	10,30	47	13,00
Итого	645	22,44	25,17	68,55	622,48	167,70
Обед						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Борщ	250	1,80	5,10	10,65	96,08	13,99
Морковь тушенная с луком	100	1,23	0,09	20,48	81,7	10,86
Тефтели 2-й вариант (свинина) 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	53,19
Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	180	9,11	6,23	50,42	281,27	14,31
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	9,62
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	2,69
Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	1,91
ИТОГО	900	26,82	20,23	144,06	863,3	106,56

Старший повар _____

