

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



МЕНЮ 2 день  
 на 12.11.2024 года

**Возрастная категория от 7 до 11 лет**

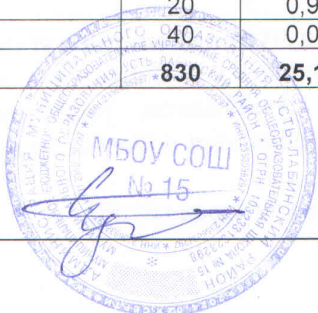
**Завтрак**

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из белокочанной капусты (завтрак)**	40	0,77	1,64	3,75	33,05	4,05
Тефтели 2-й вариант (свинина) 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	53,19
Макаронные изделия отварные с маслом (завтрак)	100	3,88	5,11	22,41	152,77	15,05
Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	5,38
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	2,69
Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	1,37
<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>18,96</b>	<b>15,33</b>	<b>75,03</b>	<b>535,21</b>	<b>81,73</b>

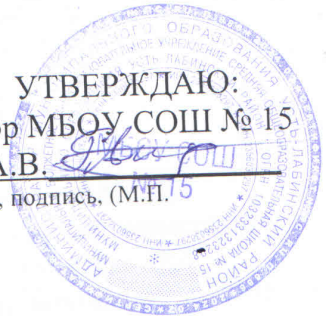
**Обед**

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Борщ с капустой и картофелем	200	1,62	4,14	10,72	86,84	9,79
Салат из свеклы отварной**	60	0,90	2,46	5,28	46,78	11,10
Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	105	14,85	6,55	7,97	147,17	30,48
Картофель отварной (с маслом)	180	3,46	6,79	23,98	180	21,89
Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	16,90
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	2,02
Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	1,37
Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	6,81
<b>ИТОГО</b>	<b>830</b>	<b>25,18</b>	<b>20,38</b>	<b>121,56</b>	<b>772,11</b>	<b>100,35</b>

Старший повар \_\_\_\_\_



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



МЕНЮ 2 день  
 на 12.11.2024 года

**Возрастная категория от 12 и старше**

**Завтрак**

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из белокочанной капусты (завтрак)**	60	1,16	2,47	5,63	49,57	4,40
Тефтели 2-й вариант 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	53,19
Макаронные изделия отварные с маслом (завтрак)	150	5,82	7,67	33,61	229,16	17,98
Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	5,38
Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,73	96,12	3,02
Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	1,91
<b>Итого</b>	<b>585</b>	<b>22,16</b>	<b>18,84</b>	<b>95,50</b>	<b>660,2</b>	<b>85,88</b>

**Обед**

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Борщ с капустой и картофелем	250	2,03	5,17	13,40	108,55	14,54
Салат из свеклы отварной**	100	1,50	4,10	8,80	77,96	18,49
Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	105	14,85	6,55	7,97	147,17	30,48
Картофель отварной (с маслом)	180	3,46	6,79	23,98	180	21,89
Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	16,90
Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,73	96,12	3,02
Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	1,91
Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	6,81
<b>ИТОГО</b>	<b>945</b>	<b>27,85</b>	<b>23,27</b>	<b>139,98</b>	<b>878,44</b>	<b>114,05</b>

Старший повар \_\_\_\_\_



