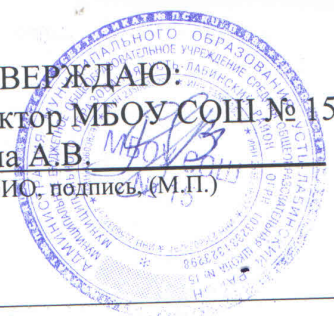


УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ СОШ № 15
 Разина А.В.
 ФИО, подпись (М.П.)

МЕНЮ 1 день
 на 14.10.2024 года



Возрастная категория от 7 до 11 лет

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Каша жидкая молочная (с крупой рисовой и маслом)	150	3,82	6,49	24,31	175,4	27,46
Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	26,28
Масло (порциями)	10	0,13	6,15	0,17	56,6	9,10
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
Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	1,91
Фрукты св яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47	13,00
Итого	530	15,32	22,10	73,21	556,98	92,44

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Рассольник	200	2,00	4,26	19,84	93,02	9,06
Котлеты, биточки, шницели (говядина)	100	18,52	11,88	16,82	244,43	50,46
Рагу из овощей (обед)	200	3,58	11,54	19,58	198,3	20,71
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	10,28
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
Фрукты свежие яблоко	100	0,80	0,30	9,60	44	13,00
ИТОГО						107,57

Старший повар _____

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



МЕНЮ 6 день
 на 14.10.2024 года

Возрастная категория от 12 и старше

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Каша жидкая молочная (с крупой рисовой и маслом)	200	5,10	8,66	32,42	233,86	32,04
Сыр (порциями) (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	109,2	28,15
Масло сливочное	10	0,18	6,15	0,17	56,6	9,10
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
Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	1,91
Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	13,00
Итого	590	19,26	21,14	86,13	675,11	99,43

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Рассольник	250	2,50	5,33	24,80	116,27	13,44
Котлеты, биточки, шницели (говядина) 100/20	120	18,52	11,88	16,82	244,43	50,46
Рагу из овощей (обед)	250	4,47	14,42	24,47	247,88	23,58
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	10,28
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
Фрукты свежие яблоко	100	0,80	0,30	9,60	44	13,00
ИТОГО						115,70

Старший повар _____

