

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



МЕНЮ 5 день
 на 15.11.2024 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из квашеной капусты (завтрак)**	40	0,40	2,02	2,68	30,69	5,15
Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	58,16
Пюре картофельное (завтрак)	100	1,85	2,92	11,90	81,59	15,54
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
Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	13,00
Итого	590	19,25	18,83	80,19	563,6	112,14

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,30	2,36	16,56	97,64	10,28
Котлеты домашние	100	15,58	18,43	13,07	275,9	62,75
Рагу из овощей (обед)	200	3,58	11,54	19,58	198,3	18,72
Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	13,37
Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,73	96,12	3,02
Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	1,32
ИТОГО	765	26,52	32,94	102,64	800,54	109,46

Старший повар _____



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



МЕНЮ 5 день
 на 15.11.2024 года

Возрастная категория от 12 и старше

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из квашеной капусты (завтрак)	60	0,59	3,03	4,02	46,04	6,07
Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	58,16
Пюре картофельное (завтрак)	150	2,78	4,38	17,85	122,38	15,72
Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	16,90
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
Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	13,00
Итого	680	21,63	21,47	97,29	662,5	114,90

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,87	2,95	20,70	122,05	15,28
Котлеты домашние	100	15,58	18,43	13,07	275,9	62,75
Рагу из овощей (обед)	250	4,47	14,42	24,47	247,88	23,58
Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	13,37
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
ИТОГО	860	27,26	36,33	109,41	863,89	118,90

Старший повар _____



