

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



МЕНЮ 8 день
 на 21.10.2024 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)	220	9,7	11,51	40,83	305,69	30,72
Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,9	0	72,8	25,16
Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0	7,24	30,82	5,38
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	42,72	1,32
Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,2	0,4	20	108	17,75
Итого	500	19,38	18,01	77,73	560,03	80,34
Обед						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Суп картофельный	200	2,02	2,38	15,88	93,38	12,09
Поджарка (свинина)	100	13,69	18,22	5,45	284,05	39,58
Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)	210	5,44	5,63	27,01	165,71	32,26
Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,06	0,06	24,64	99,2	8,90
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	64,08	2,02
Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	2,48
Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,2	0,4	20	108	17,75
ИТОГО	780	25,46	26,87	107,39	792,02	115,08

Старший повар _____

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ СОШ №15
 Разина А.В. № 45
 ФИО, подпись, (М.П.)



МЕНЮ 8 день
 на 21.10.2024 года

Возрастная категория от 12 и старше						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)	250	11,02	13,08	46,40	347,37	34,91
Сыр (порциями) (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	109,2	28,15
Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	5,38
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	2,02
Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	17,75
Итого	550	23,81	22,63	88,13	659,47	88,21
Обед						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Суп картофельный	250	2,52	2,98	19,85	116,72	18,00
Поджарка (свинина)	100	13,69	18,22	5,45	284,05	39,58
Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)	250	6,47	6,70	32,15	197,28	38,94
Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,06	0,06	24,64	99,2	8,90
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
Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	17,75
ИТОГО	860	26,52	28,47	111,52	825,53	127,10

Старший повар _____

