

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

МЕНЮ 3 день
 на 15.05.2024 года

Возрастная категория от 12 и старше

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Запеканка из творога (завтрак)	200	20,12	19,00	54,00	428,5	74,43
Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	20	1,44	1,70	11,10	65,4	5,82
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	4,03
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	3,14
Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	13,00
Итого	560	25,32	21,50	101,24	654,78	100,41

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Суп с бобовыми (горох)	250	3,40	5,50	6,00	97,5	8,44
Кукуруза консервированная***	100	1,10	0,20	3,80	22	10,92
Мясо духовое (свинина) с картофелем и овощами 100/180	280	19,15	17,70	40,91	531,1	66,96
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	3,14
Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	2,48
ИТОГО	910	28,85	24,24	105,85	885,92	101,56

Старший повар _____



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



МЕНЮ 3 день
 на 15.05.2024 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Запеканка из творога (завтрак)	180	18,11	17,10	48,60	385,65	72,92
Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	10	0,72	0,85	5,55	32,7	2,91
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	4,03
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	2,02
Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	13,00
Итого	520	21,80	18,65	85,46	557,87	94,88

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Суп с бобовыми (горох)	200	2,72	4,40	4,80	78	5,72
Кукуруза консервированная***	60	0,66	0,12	2,28	13,2	8,55
Мясо духовое (свинина) с картофелем и овощами 90/150	240	16,42	15,17	35,06	455,23	59,57
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	9,62
Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,73	96,12	3,02
Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	2,48
ИТОГО	785	25,40	20,58	99,69	792,43	88,97

Старший повар _____

