

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

ФИО, подпись, (М.П.)

МЕНЮ 2 день  
24.10.2023



### Возрастная категория от 7 до 11 лет

#### Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из свежих помидор	60	0,66	0,12	2,28	13,1	6,55
Каша вязкая пшеничная	150	4	4,24	24,55	152,4	9,45
Мясо (говядина) тушеное	100	12,2	17,38	2,56	225	93,92
Сок фруктовый (персико-абрикосовый)	200	1	0	20,2	84,8	16,9
Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	12,3	57,4	1,68
Хлеб ржаной	25	1,38	0,25	11,77	54,85	1,71

#### Обед

130,21

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	9,1
Салат из квашенной капусты	60	1,02	3	5,07	51,42	3,59
Суп с мак. изд и картоф.	200	2,05	2,22	12,55	87,2	9,84
Пюре картофельное	150	3,1	9,16	17,99	172,9	15,86
Рыба туш. с овощ 90/45	135	10,55	8,91	6,84	179	84,72
Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	7,57
Хлеб пшеничный	35	2,24	0,28	17,22	80,36	2,35
Хлеб ржаной	35	1,92	0,35	16,48	76,75	2,39
<b>ИТОГО</b>	<b>1475</b>	<b>42,62</b>	<b>46,51</b>	<b>179,41</b>	<b>1363,18</b>	<b>135,42</b>

Старший повар \_\_\_\_\_

