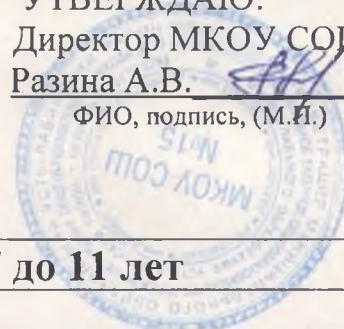


УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ СОШ № 15
Разина А.В.

ФИО, подпись, (М.П.)

МЕНЮ 4 день

28.09.2023



Возрастная категория от 7 до 11 лет

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из свежих огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,2	6,55
Плов из мяса 75/150	225	18,7	15,33	39,03	483	53,77
Кисель из вишни(св-морож)	200	0,2	0	13	52,9	9,78
Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	12,3	57,4	1,68
Итого						71,78

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Фрукты свежие яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	9,1
Нарезка из сол. огурцов	60	0,67	0,06	2,1	12	6,55
Щи из свежей капусты с карт.со сметаной	205	1,51	4,76	6,52	79,8	12,78
Картофель отварной с маслом сливочным	150	2,88	5,65	20	150	17,81
Котлеты рыбные с маслом 100/10	110	13	15,46	15,98	256	81,88
Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3	10,28
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
ИТОГО	1724	44,14	43,19	168,77	1367,71	143,14

Старший повар _____

