

# МЕНЮ

05 декабря 2024 г.

## Завтрак 1-4 класс

| № п/п        | Блюдо                      | выход      | цена         | калорийность  | белки        | жиры         | углеводы      |
|--------------|----------------------------|------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| 1            | Макароньы отварные с сыром | 150        | 20,75        | 196,8         | 5,32         | 4,92         | 32,80         |
| 2            | Фрукт\Мандарин             | 110        | 33,39        | 302,3         | 14,05        | 18,64        | 19,62         |
| 3            | Хлеб пшеничный йодир.      | 40         | 1,99         | 140,6         | 4,56         | 0,48         | 29,52         |
| 4            | Чай фруктовый              | 200        | 15,43        | 32,5          | 0,64         | 0,21         | 70,10         |
| <b>итого</b> |                            | <b>500</b> | <b>71,56</b> | <b>672,20</b> | <b>24,57</b> | <b>24,25</b> | <b>152,04</b> |

## Обед 1-4 класс

| № п/п                        | Блюдо                               | выход | цена          | калорийность  | белки       | жиры         | углеводы     |
|------------------------------|-------------------------------------|-------|---------------|---------------|-------------|--------------|--------------|
| 1                            | Щи св капустой со сметаной          | 200   |               | 133,4         | 5,4         | 5,53         | 15,53        |
| 2                            | Каша гречневая рассыпчатая          | 150   |               | 186,3         | 7,1         | 3,70         | 31,20        |
| 3                            | Яйцо отварное                       | 20    |               | 28,30         | 2,39        | 2,02         | 0,13         |
| 4                            | Биточки" детские" тушеные с овощами | 90    |               | 215,70        | 10,07       | 13,19        | 14,18        |
| 5                            | Компот из фруктовой ягодной смеси   | 200   |               | 54,70         | 0,48        | 0,15         | 12,83        |
| 6                            | Хлеб ржано- пшеничный йодир         | 50    |               | 97,8          | 3,30        | 0,60         | 19,80        |
| <b>итого</b>                 |                                     |       | <b>100,25</b> | <b>716,20</b> | <b>28,7</b> | <b>25,19</b> | <b>93,67</b> |
| <b>итого (зимний период)</b> |                                     |       |               |               |             |              |              |

## Обед 5-11 класс

| № п/п                        | Блюдо                               | выход | цена          | калорийность   | белки       | жиры         | углеводы      |
|------------------------------|-------------------------------------|-------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|
| 1                            | Щи св капустой со сметаной          | 250   | 7,25          | 166,7          | 6,70        | 6,90         | 19,40         |
| 2                            | Каша гречневая рассыпчатая          | 180   | 16,51         | 275,3          | 9,30        | 8,40         | 40,60         |
| 3                            | Яйцо отварное                       | 30    |               | 215,70         | 10,01       | 13,20        | 14,20         |
| 4                            | Биточки" детские" тушеные с овощами | 100   | 47,86         | 42,40          | 3,60        | 3,00         | 0,20          |
| 5                            | Компот из фруктовой ягодной смеси   | 200   | 10,45         | 104,40         | 0,50        | 0,10         | 25,30         |
| 6                            | Хлеб ржано- пшеничный йодир         | 60    | 3,25          | 117,4          | 3,96        | 0,72         | 23,76         |
| 7                            | Булка                               | 80    | 16,00         | 394,0          | 7,50        | 13,20        | 60,90         |
| <b>итого</b>                 |                                     |       | <b>101,32</b> | <b>1315,90</b> | <b>41,6</b> | <b>45,52</b> | <b>184,36</b> |
| <b>итого (зимний период)</b> |                                     |       | <b>101,32</b> |                |             |              |               |

Ст. повар \_\_\_\_\_ В.Д.Фролова  
 Мед.сестра \_\_\_\_\_ Е.Б. Родионова

