

МЕНЮ

11 марта 2025 г.

Завтрак 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Соус сметанный	30		33,90	0,80	2,38	2,33
2	Кофейный напиток с молоком	200	12,84	86,00	3,87	2,86	11,19
3	Вареники с картофелем	120	39,41	229,70	5,78	8,68	32,11
4	Яблоко	120	12,00	53,30	0,50	0,50	11,80
5	Хлеб пшеничный	30	2,13	140,60	4,56	0,48	29,52
<b>итого</b>		<b>500</b>	<b>66,38</b>	<b>543,50</b>	<b>15,51</b>	<b>14,90</b>	<b>86,95</b>

Обед 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Овощная нарезка	60		12,50	0,74	0,08	2,20
2	<i>Борщ со свежей капустой и картофелем</i>	200		103,9	5,11	4,47	10,85
3	Рис отварной	150		195,8	3,5	4,30	35,76
4	Котлета рыбная запеченная	90		366,70	17,09	23,13	22,59
5	Компот из яблок и вишни	200		82,50	0,22	0,14	20,09
7	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	50		97,8	3,30	0,60	19,80
8	Нектарин						
<b>итого</b>			<b>100,25</b>	<b>859,20</b>	<b>30,0</b>	<b>32,72</b>	<b>111,29</b>
<b>итого (зимний период)</b>			<b>0,00</b>	<b>752,69</b>	<b>26,87</b>	<b>28,35</b>	<b>119,99</b>

Обед 5-11 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Овощная нарезка	100	16,05	20,80	1,24	0,13	3,67
2	<i>Борщ со свежей капустой и картофелем</i>	250	8,71	129,9	6,34	5,57	13,55
3	Рис отварной	180	19,07	235,0	4,2	5,15	42,92
4	Котлета рыбная запеченная	100	43,78	407,50	18,99	25,68	25,11
5	Компот из яблок и вишни	200	14,63	82,5	0,22	0,14	20,09
6	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	60	3,50	117,4	4,00	0,70	23,80
7	Пирожок с повидлом	75	15,00	208,0	4,50	1,60	44,20
<b>итого</b>			<b>120,74</b>	<b>1201,10</b>	<b>39,5</b>	<b>38,97</b>	<b>173,34</b>
<b>итого (зимний период)</b>			<b>120,74</b>				

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

