

# МЕНЮ

12 сентября 2024 г.

## Завтрак 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Макароны отварные с сыром	150	20,32	196,8	5,12	4,92	32,80
2	Фрукт Банан	110	34,04	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	14,13	32,5	0,64	0,21	70,10
итого		500	70,48	672,20	24,57	24,25	152,04

## 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
итого			100,25	716,20	28,7	25,19	93,67
<i>итого (зимний период)</i>							

## Обед 5-11 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Щи св капустой со сметаной	250	6,91	166,7	6,70	6,90	19,40
2	Каша гречневая рассыпчатая	180	15,29	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	43,06	42,40	3,60	3,00	0,20
5	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	9,45	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		394,0	7,50	13,20	60,90
итого			77,96	1315,90	41,6	45,52	184,36
<i>итого (зимний период)</i>							

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

