

# МЕНЮ

22 января 2025 г.



## Завтрак 1-4 класс

| № п/п        | Блюдо               | выход      | цена         | калорийность  | белки        | жиры         | углеводы      |
|--------------|---------------------|------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| 1            | Молоко сгущеное     | 30         |              | 98,2          | 2,2          | 2,55         | 16,7          |
| 2            | Какао с молоком     | 200        | 17,03        | 100,4         | 4,65         | 3,52         | 12,50         |
| 3            | Яблоко              | 120        |              | 53,3          | 0,48         | 0,48         | 11,76         |
| 4            | Вареники с творогом | 130        | 45,38        | 348,5         | 15,47        | 14,85        | 38,29         |
| 5            | Хлеб пшеничный      | 20         | 1,42         | 140,6         | 4,56         | 0,48         | 29,52         |
| <b>итого</b> |                     | <b>500</b> | <b>63,83</b> | <b>741,00</b> | <b>27,32</b> | <b>21,88</b> | <b>108,72</b> |

## Обед 1-4 класс

| № п/п        | Блюдо                                   | выход | цена          | калорийность  | белки       | жиры         | углеводы     |
|--------------|---|-------|---------------|---------------|-------------|--------------|--------------|
| 1            | Салат из бел.капусты с огурцом "Зайчик" | 60    |               | 34,50         | 1,05        | 2,06         | 2,93         |
| 2            | Суп картофельный с макарон.изделиями    | 200   |               | 131,8         | 7,29        | 4,73         | 15,05        |
| 3            | Рис с овощами                           | 150   |               | 167,8         | 3,2         | 5,66         | 26,02        |
| 4            | Наггетсы детские                        | 90    |               | 293,00        | 17,16       | 17,00        | 17,23        |
| 5            | Чай с лимоном                           | 200   |               | 23,80         | 0,44        | 0,10         | 5,25         |
| 6            | Хлеб ржано-пшеничный                    | 50    |               | 97,80         | 3,30        | 0,60         | 19,80        |
| <b>итого</b> |   |       | <b>100,25</b> | <b>748,70</b> | <b>32,4</b> | <b>30,15</b> | <b>86,28</b> |

## Обед 5-11 класс

| № п/п        | Блюдо                                   | выход | цена          | калорийность   | белки       | жиры         | углеводы      |
|--------------|---|-------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|
| 1            | Салат из бел.капусты с огурцом "Зайчик" | 100   | 13,41         | 57,30          | 1,74        | 3,42         | 4,88          |
| 2            | Суп картофельный с макарон.изделиями    | 200   | 6,23          | 131,8          | 7,29        | 4,73         | 15,05         |
| 3            | Рис с овощами                           | 180   | 21,11         | 235,0          | 4,2         | 5,15         | 42,92         |
| 4            | Наггетсы детские                        | 100   | 48,34         | 293,00         | 17,76       | 17,00        | 17,23         |
| 5            | Чай с лимоном                           | 200   | 3,17          | 23,80          | 0,44        | 0,10         | 5,25          |
| 6            | Хлеб ржано-пшеничный                    | 60    | 3,50          | 117,4          | 3,69        | 0,72         | 23,76         |
| 8            | Ватрушка                                | 75    | 17,00         | 194,9          | 6,69        | 5,77         | 29,00         |
| <b>итого</b> |   |       | <b>112,76</b> | <b>1053,19</b> | <b>41,8</b> | <b>36,89</b> | <b>138,09</b> |

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