

**МЕНЮ**  
08 ноября 2023 г

**Завтрак 1-4 класс**



№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Салат из моркови с яблоком	50		49,8	0,6	1,9	7,4
2	Сырники творожные\сгущ.молоко	150	62,39	329,8	29,68	13,42	22,6
3	Соус сметанный	50		33,9	0,80	2,38	2,33
4	Чай черный с лимоном	200	3,07	23,8	0,44	0,10	5,25
5	Хлеб пшеничный йодированный	50	1,22	140,6	4,56	0,48	29,52
<b>итого</b>		<b>500</b>	<b>66,68</b>	<b>577,40</b>	<b>36,08</b>	<b>18,28</b>	<b>37,56</b>

**Обед 1-4 класс**

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Салат из секлы с сыром	60		102,60	4,24	7,47	4,58
3	Щи из свежей капусты с картофелем	200		92,6	4,4	5,29	6,83
4	Макаронь отварные	150		196,80	5,32	4,92	32,80
5	Фрикадельки школьные в соусе	90		185,50	8,47	11,01	13,11
6	Компот из сухофруктов	200		102,0	0,38	0,00	25,12
7	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	50		97,8	3,30	0,60	19,80
8			0,00				
<b>итого</b>			<b>95,72</b>	<b>777,30</b>	<b>26,1</b>	<b>29,29</b>	<b>102,24</b>

*итого (зимний период)*

**Обед 5-11 класс**

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Салат из свеклы с сыром	100	13,75	171,10	7,10	12,47	7,63
2	Щи из свежей капусты с картофелем	250	3,89	115,8	5,51	6,60	8,53
3	Макаронь отварные	180	9,42	236,2	6,4	5,91	39,36
4	Фрикаделька школьная в соусе	90	47,42	185,50	8,47	11,01	13,11
5	Компот из сухофруктов	200	7,60	102,00	0,38	0,00	25,12
6	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	60	2,95	117,1	4,00	0,70	23,80
9	Пирожок с картошкой	75	11,16	265,0	7,80	2,60	51,40
<b>итого</b>			<b>96,19</b>	<b>1192,70</b>	<b>39,7</b>	<b>39,29</b>	<b>168,95</b>

Ст. повар  
Мед.сестра

В.Д.Фролова  
Е.Б. Родионова