

# МЕНЮ

12 января 2024 г.

## Завтрак 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Омлет натуральный	150	57,38	225,5	12,68	17,98	3,3
2	Чай витаминизированный	200	2,17	21,0	0,48	0,11	4,56
3	Хлеб пшеничный	50	3,05	140,6	4,56	0,48	29,52
4	Банан	130		122,9	1,95	0,65	27,30
<b>итого</b>		<b>530</b>	<b>62,60</b>	<b>510,00</b>	<b>19,67</b>	<b>19,22</b>	<b>64,63</b>

## Обед 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Салат из квашеной капусты	60		12,50	0,74	0,08	2,20
2	Пельмени детские отварные с бульоном	200		364,40	17,99	18,75	30,93
3	Плов с птицей	230		364,40	17,99	18,75	30,93
4	Компот фруктовой ягодной смеси	200		54,70	0,48	0,15	12,83
5	Хлеб ржано-пшеничный	50		97,8	3,30	0,60	19,80
<b>итого</b>			<b>95,72</b>	<b>796,00</b>	<b>40,5</b>	<b>38,33</b>	<b>96,69</b>
<b>итого (зимний период)</b>			<b>0,00</b>				

## Обед 5-11 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Салат из квашеной капусты	100	13,84	20,80	1,24	0,13	3,67
2	Пельмени детские отварные с бульоном	250	40,98	455,40	22,50	23,43	38,66
3	Плов с птицей	250	42,50	235,0	4,2	5,15	42,92
4	Компот фруктовой ягодной смеси	200	14,24	54,7	0,48	0,15	12,83
5	Хлеб ржано-пшеничный	60	2,95	117,4	3,96	0,72	23,76
6	Сочник	80	16,00	260,8	9,40	9,80	35,90
<b>итого</b>			<b>130,51</b>	<b>1144,1</b>	<b>41,81</b>	<b>39,38</b>	<b>157,74</b>
<b>итого (зимний период)</b>			<b>130,51</b>				

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

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ №1  
 МО «Барышский район»  
 И.Ю. Титова