

МЕНЮ

15 февраля 2024 г.

Завтрак 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Морковь в нарезке	50		20,2	0,38	0,06	7,46
2	Макаронны отварные с сыром	150	14,58	196,8	5,32	4,92	32,80
3	Тефтели детские с овощами тушеными	60		302,3	14,06	18,64	18,92
4	Хлеб пшеничный йодир.	40	2,51	140,6	4,56	0,48	29,52
5	Чай фруктовый	200	12,13	32,5	0,64	0,21	70,10
итого		500	29,22	692,40	25,35	24,31	156,18

Обед 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	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	Фрикадельки детские\ Наггетсы	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			95,72	716,20	28,7	25,19	93,67
итого (зимний период)							

Обед 5-11 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,54	166,7	6,70	6,90	19,40
2	Каша гречневая рассыпчатая	180	13,34	275,3	9,30	8,40	40,60
3	Фрикадельки детские/ Наггетсы	90	32,20	215,70	10,01	13,20	14,20
4	Яйцо отварное	30		42,40	3,60	3,00	0,20
5	Компот фруктово\ягодный	200	15,48	104,40	0,50	0,10	25,30
6	Хлеб ржано- пшеничный йодир	60	3,05	117,4	3,96	0,72	23,76
7	Ватрушка с творогом	75	16,00	394,0	7,50	13,20	60,90
итого			85,61	1315,90	41,6	45,52	184,36
итого (зимний период)							

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №1
 МО Шарьинский район

И.Ю. Титова

