

МЕНЮ

15 октября 2024 г.

Завтрак 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	31,11	245,5	7,1	9,74	32,3
2	Кофейный напиток с молоком	200	12,00	86,0	3,87	2,86	11,2
3	Вафельные конфеты	80	21,00	5,5	31,00	59,00	540,0
4	Хлеб пшеничный	20	1,33	140,6	4,56	0,48	29,5
4	итого	500	65,44	692,8	23,51	17,59	613,0

Обед 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Нарезка овощная	60		11,60	64,00	0,10	2,04
2	Свекольник	250		141,8	5,66	7,84	12,15
3	Птица порционная запеченая	90		169,0	13,9	12,37	1,38
4	Гороховое пюре с маслом сливочным	150		139,40	3,10	5,30	19,80
5	Чай черный с сахаром	200		23,8	0,44	0,10	5,25
7	Хлеб ржано-пшеничный	50		97,8	3,30	0,60	19,18
итого			100,25	583,37	90,4	26,31	59,80

Обед 5-11 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Нарезка овощная	60	8,36	11,60	0,64	0,10	2,04
2	Свекольник	250	15,60	141,8	5,66	7,84	12,15
3	Птица порционная запеченая	100	48,13	187,7	15,4	13,74	1,53
4	Гороховое пюре с маслом сливочным	180	10,86	235,40	4,30	13,10	25,10
5	Чай черный с сахаром	200	2,13	21,0	0,48	0,11	4,56
6	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	60	3,25	117,4	3,96	0,72	23,76
8	Пирожок с повидлом	75	14,92	208,0	4,50	1,60	44,20
итого			103,25	922,94	35,0	37,21	113,34

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



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №1
 МО «Варьшский район»

И.Ю. Титова