

МЕНЮ

16 октября 2023 г.

Завтрак 1-4 класс

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №1

МО «Барышский район»

И.Ю. Титова

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Яблоко	100	10,00	53,4	0,7	0,3	12,0
2	Чай фруктовый	200	8,17	54,7	0,48	0,15	12,8
3	Блины со сгущенным молоком	200	40,30	535,3	15,56	13,67	87,53
				140,6			
итого		500	58,47	784,00	16,70	14,12	112,35

Обед 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Овощи натуральные, порц кукуруза	60		31,30	1,24	0,21	6,12
2	<i>Щи из свежей капусты со сметаной</i>	200		92,2	4,66	5,63	5,73
3	Макаронные изделия отварные	150		196,8	5,3	4,92	32,80
4	Крокеты детские	90		315,10	19,34	16,94	21,33
5	Компот из сухофруктов	200		102,00	0,38	0,00	25,12
7	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	50		97,8	3,30	0,60	19,80
итого			95,72	850,80	33,9	30,55	110,06

Обед 5-11 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Овощи натуральные, порц кукуруза	60	12,00	31,30	1,24	0,21	6,12
2	<i>Щи из свежей капусты со сметаной</i>	200	5,64	92,2	4,66	5,63	5,73
3	Макаронные изделия отварные	180	9,46	236,2	6,4	5,91	39,36
4	Крокеты детские	90	46,41	315,10	19,34	16,94	21,33
5	Компот из сухофруктов	200	7,50	102,00	0,38	0,00	25,12
7	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	60	2,95	117,4	3,96	0,72	23,76
9	Булочка	80	17,63	287,0	7,70	5,10	51,80
итого			101,59	1181,20	43,7	34,51	173,22
итого (зимний период)			101,59				

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