

МЕНЮ
20 октября 2023 г.

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

Завтрак 1-4 класс

| № п/п | Блюдо | выход | цена | калорийность | белки | жиры | углеводы |
|--------------|------------------------|------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
| 1 | Сырники творожные | 120 | 36,46 | 263,9 | 23,70 | 10,70 | 18,1 |
| 2 | Соус ягодный сладкий | 50 | 8,75 | 41,8 | 0,24 | 0,03 | 10,13 |
| 3 | Апельсин | 120 | | 122,9 | 1,95 | 0,65 | 27,30 |
| 3 | Чай витаминизированный | 200 | 3,33 | 21,0 | 0,48 | 0,11 | 4,56 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 40 | 1,83 | 93,8 | 3,00 | 0,30 | 19,70 |
| итого | | 520 | 50,37 | 543,40 | 29,37 | 11,79 | 79,79 |

Обед 1-4 класс

| № п/п | Блюдо | выход | цена | калорийность | белки | жиры | углеводы |
|--------------|--|-------|--------------|---------------|-------------|--------------|---------------|
| 1 | Нарезка овощная Ассорти | 60 | | 12,50 | 0,74 | 0,08 | 2,20 |
| 2 | Суп картофельный с клецками на бульоне | 200 | | 145,0 | 7,42 | 3,91 | 20,04 |
| 3 | Картофель отварной | 150 | | 158,1 | 4,1 | 4,99 | 24,23 |
| 4 | Котлета куриная | 90 | | 266,20 | 12,28 | 17,34 | 15,29 |
| 5 | Сок яблочный | 200 | | 86,60 | 1,00 | 0,20 | 20,20 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный йодир | 50 | | 97,8 | 3,30 | 0,60 | 19,80 |
| итого | | | 95,72 | 766,20 | 28,8 | 27,12 | 101,76 |

Обед 5-11 класс

| № п/п | Блюдо | выход | цена | калорийность | белки | жиры | углеводы |
|--------------|--|-------|---------------|---------------|-------------|--------------|---------------|
| 1 | Нарезка овощная Ассорти | 100 | 11,55 | 20,80 | 9,00 | 4,70 | 7,10 |
| 2 | Суп картофельный с клецками на бульоне | 250 | 5,39 | 117,0 | 9,27 | 4,92 | 25,07 |
| 3 | Картофель отварной\ гороховое пюре | 150 | 9,78 | 189,8 | 4,1 | 4,99 | 24,23 |
| 4 | Котлета куриная | 100 | 53,52 | 295,90 | 12,28 | 17,34 | 15,29 |
| 5 | Сок яблочный | 200 | 12,00 | 86,60 | 1,00 | 0,20 | 20,20 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный йодир | 60 | 2,95 | 117,4 | 3,96 | 0,72 | 23,76 |
| 8 | Сочник | 50 | 15,65 | 260,8 | 9,40 | 9,80 | 35,90 |
| итого | | | 110,84 | 827,50 | 49,0 | 42,67 | 151,55 |

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