

МЕНЮ

26 октября 2023 г.

Завтрак 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Каша вязкая молочная овсянная	200	18,84	270,7	7,9	11,6	33,7
2	Кофейный напиток с молоком	200	10,84	86,0	3,87	2,86	11,19
3	Лепешка с сыром	100		266,2	9,61	7,2	40,76
	Хлеб пшеничный	20	1,22	140,6	4,56	0,48	29,52
итого		520	30,90	622,90	11,77	55,22	74,39
итого (зимний период)			30,90				

Обед 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Овощи натуральные порционные кукуруза	60		31,30	1,24	0,21	6,12
2	Суп овощной	200		97,2	5,17	4,50	9,01
3	Картофельное пюре с маслом сливочным	150		139,4	3,1	5,31	19,82
4	Тефтели Детские с овощами тушеные	90		302,30	14,05	18,64	19,62
5	Компот из смородины	200		35,40	0,28	0,11	8,35
6	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	50		97,80	3,30	0,60	19,80
итого			95,7	703,40	27,1	29,37	82,72

Обед 5-11 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Овощи натуральные кукуруза порционные	100	13,20	52,20	2,07	0,35	10,19
2	Суп овощной	200	11,18	97,2	5,17	4,50	9,01
3	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	23,90	235,4	4,3	13,08	25,09
4	Тефтели Детские с овощами	100	51,00	336,00	15,61	20,69	21,80
5	Компот из смородины	200	8,79	35,40	0,28	0,11	8,35
6	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	60	2,95	117,4	3,96	0,72	23,76
7	Пирожок печеный с повидлом	75	17,15	376,5	13,29	15,00	46,68
итого			128,17	1250,1	44,72	54,45	144,88

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

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