

# МЕНЮ

29 января 2024 г.

## Завтрак 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Яблоко	100		53,4	0,7	0,3	12,0
2	Чай фруктовый	200	10,21	54,7	0,48	0,15	12,8
3	Блины со сгущенным молоком	200	28,15	535,3	15,56	13,67	87,53
				140,6			
итого		500	38,36	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	Щи из свежей капусты со сметаной	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	9,18	31,30	1,24	0,21	6,12
2	Щи из свежей капусты со сметаной	200	6,75	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	52,49	315,10	19,34	16,94	21,33
5	Компот из сухофруктов	200	7,54	102,00	0,38	0,00	25,12
7	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	60	3,05	117,4	3,96	0,72	23,76
9	Булочка	80	18,54	287,0	7,70	5,10	51,80
итого			107,01	1181,20	43,7	34,51	173,22
итого (зимний период)			107,01				

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №1  
 МО «Ярышский район»

И.Ю. Титова