

МЕНЮ

16 июня 2023 г.

7-10 лет

Утверждаю

директор

МБОУ "ООШ с. Восточное"
Иванова Т.Э./



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	200	17,95	6,2	10	26,8	224
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	4,41	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	14,67	3,4	4,4		53
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	5,94	0,3	0,1	15,2	62
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,04	2,6	0,4	17	82
Итого		49,01	12,6	23,2	59,1	496
Обед						
БАНАН	250	112,50	3,8	1,3	52,5	240
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	100	35,73	15,7	8,4	116,5	603
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	7,27	1	3,2	5,8	57
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	35,41	16,7	17,9	21,9	315
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50/50	33,25	13,3	8,6	8,7	166
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	11,03	3,6	4,6	37,7	206
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	200	20,29	0,4		29,5	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,04	2,6	0,4	17	82
Итого		261,51	57,1	44,4	289,6	1789
Всего		310,52	69,7	67,6	348,7	2285