

МЕНЮ

17 июня 2023 г.

7-10 лет

Утверждаю



директор
МБОУ "СОШ с. Восточное"
Попова Т.Э./

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	18,78	8,3	8,3	40	267
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	4,41	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	24,20	5,6	7,2	17	88
ЧАЙ С САХАРОМ	180	2,15	0,2		15	61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,04	2,6	0,4	17	82
Итого		55,59	16,8	24,2	72,1	573
Обед						
САЛАТ ЛЕТНИЙ	100	23,47	2,4	7,1	7,4	105
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/5	34,03	8,2	19,8	8,8	249
МЯСО ТУШЕНОЕ	50/50	40,85	12,2	31,1	3,2	342
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6,37	5,4	4,7	34,7	203
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	50,00	1	0,2	19,6	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,04	2,6	0,4	17	82
Итого		160,76	31,8	63,3	90,7	1064
Всего		216,34	48,6	87,5	162,8	1637