

МЕНЮ

10 июня 2023 г.

7-10 лет



Утверждаю

директор

МБОУ "ОШ № 1 «Восточное»
Голова Т.Э./

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	14,36	8,3	9,2	39,4	273
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	4,41	0,1	8,3	0,1	75
КАКАО С МОЛОКОМ	200	17,57	2,9	2,5	24,8	134
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,04	2,6	0,4	17	82
Итого		42,38	13,9	20,4	81,3	564
Обед						
АПЕЛЬСИН	250	112,00	2,3	0,5	20,3	108
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	30,25	0,8	0,1	2,5	14
ПЕЧЕНЬЕ	30	9,00	2,3	2,9	22,3	125
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	200	35,34	8,3	18,9	13,9	260
ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ	250	280,23	95,1	218,7	13,1	2403
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,27			23,4	94
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,04	2,6	0,4	17	82
Итого		482,12	111,4	241,5	112,5	3086
Всего		524,50	125,3	261,9	193,8	3650