

Утверждаю

И.О. директор

МБОУ "ООШ с.Восточное"

/Т.Э.Попова/

И.В. Рязанов

МЕНЮ

5 сентября 2023 г.

7-10 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Горячий завтрак 7-11 лет (начальные классы)						
ЯБЛОКО	160	34,52	0,6	0,6	15,7	75
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	16,70	0,5	6,1	1,8	64
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	240	60,93	16,4	31,2	24	446
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	17,13	0,2	0,1	16	67
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,00	2,6	0,4	17	82
Итого		135,28	20,3	38,4	74,5	734
Всего		135,28	20,3	38,4	74,5	734

МЕНЮ

5 сентября 2023 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Горячий завтрак 11-17 лет (малообеспеченные)						
ЯБЛОКО	161	34,68	0,6	0,6	15,7	76
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	28,22	0,9	10,1	2,9	106
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	300	76,66	20,6	39,3	31,7	566
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	18,10	0,2	0,1	16,6	70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,00	2,6	0,4	17	82
Итого		163,65	24,9	50,5	83,9	900
Всего		163,65	24,9	50,5	83,9	900