

Утверждаю

И.Ф. директор

МБОУ "ООШ с.Восточное"

/Т.Э.Попова/

И.В.Раржов



## МЕНЮ

7 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                                      | 150   | 32,41      | 0,6               | 0,6     | 14,7        | 71                            |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ               | 60    | 4,73       | 1                 | 2,7     | 5,3         | 50                            |
| ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ                    | 50/50 | 32,77      | 13,3              | 8,6     | 8,7         | 166                           |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                 | 150   | 6,33       | 5,4               | 4,7     | 34,9        | 204                           |
| ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200   | 2,31       | 0,2               |         | 16,1        | 65                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40    | 6,00       | 2,6               | 0,4     | 17          | 82                            |
| Итого                                       |       | 84,55      | 23,1              | 17      | 96,7        | 638                           |
| Всего                                       |       | 84,55      | 23,1              | 17      | 96,7        | 638                           |

## МЕНЮ

7 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                                       | 150   | 32,30      | 0,6               | 0,6     | 14,7        | 70                            |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ                | 100   | 7,84       | 1,5               | 5       | 9,2         | 88                            |
| ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ                     | 50/50 | 33,18      | 13,3              | 8,6     | 8,7         | 166                           |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                  | 180   | 7,26       | 6,7               | 4,8     | 42,8        | 241                           |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                | 200   | 2,41       | 0,2               |         | 17,5        | 70                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ  | 40    | 6,00       | 2,6               | 0,4     | 17          | 82                            |
| Итого                                        |       | 88,97      | 24,9              | 19,4    | 109,9       | 717                           |
| Всего                                        |       | 88,97      | 24,9              | 19,4    | 109,9       | 717                           |