

Утверждаю

и.о. директор

МБОУ "ООШ с.Восточное"

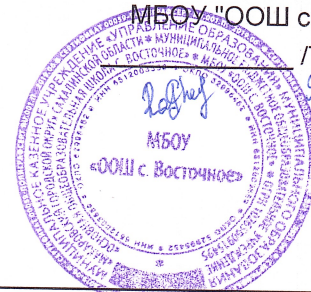
Л.Э.Попова/

Я.В. Рагунова

МЕНЮ

2 октября 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	42,65	0,6	0,6	14,7	71
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	12,06	0,5	1,9	1,5	24
ГУЛЯШ	50/50	37,73	11,9	32,5	5,5	363
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,37	3,6	4,6	37,7	206
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,23	0,2		16,4	66
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,00	2,6	0,4	17	82
Итого		108,04	19,4	40	92,8	812
Всего		108,04	19,4	40	92,8	812

МЕНЮ

2 октября 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	42,50	0,6	0,6	14,7	70
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	20,27	0,8	4,1	2,4	50
ГУЛЯШ	60/60	45,40	14,4	38,7	7,3	435
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,80	4,3	5,5	45,2	247
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,23	0,2		16	65
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,00	2,6	0,4	17	82
Итого		125,20	22,9	49,3	102,6	949
Всего		125,20	22,9	49,3	102,6	949