

Утверждаю

И.О. директор

МБОУ "ООШ с. Восточное"

/Т.Э. Попова/

Я.В. Водина

МЕНЮ 10 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	42,64	0,6	0,6	14,7	71
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	12,07	0,5	1,8	1,5	23
ГУЛЯШ	50/50	38,05	12	32,3	5,1	360
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,28	3,6	4,6	37,7	206
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,19	0,2		16,1	65
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,00	2,6	0,4	17	82
Итого		108,23	19,5	39,7	92,1	807
Всего		108,23	19,5	39,7	92,1	807

МЕНЮ 10 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	19,94	0,8	2,6	2,4	36
ГУЛЯШ	60/60	46,03	14,3	38,1	5,4	424
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,22	4,3	5,5	45,2	247
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,27	0,2		17,5	70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,00	2,6	0,4	17	82
Итого		124,95	22,8	47,2	102,2	929
Всего		124,95	22,8	47,2	102,2	929