

Утверждаю



и.о. директора
МБОУ «ООШ с.Восточное»
/Т.Э.Попова/
Я.В. Рыжков

МЕНЮ

16 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	12,07	0,5	1,9	1,5	24
ГУЛЯШ	50/50	37,86	11,9	32,5	5,5	363
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,37	3,6	4,6	37,7	206
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,36	0,2		7,9	32
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,00	2,6	0,4	17	82
Итого		107,31	19,4	40	84,3	778
Всего		107,31	19,4	40	84,3	778

МЕНЮ

16 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	20,29	0,8	4,1	12,4	50
ГУЛЯШ	60/60	45,56	14,4	38,7	7,3	435
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,80	4,3	5,5	45,2	247
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,44	0,2		8,3	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,00	2,6	0,4	17	82
Итого		124,59	22,9	49,3	94,9	918
Всего		124,59	22,9	49,3	94,9	918