



Меню СОШ 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы отварной.	Белки-1, Углеводы-5, Калорийность-25	7-90
200	Щи из свежей капусты с картофелем <i>капуста в к. картофель в к. морковь в к. лук в к. масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8, Калорийность-74	14-23
105	Шницель домашний с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в с, лук в к. сухари панировочные, томат-паста, масло подсолнечное, масло сливочное, мука пшеничная в с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-13, Жиры-13, Углеводы-19, Калорийность-207	46-71
150	Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-12, Калорийность-100	19-19
200	Напиток из варенья <i>варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-27, Калорийность-109	9-14
47,2	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-23, Калорийность-111	4-20
50	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Калорийность-91	3-71
812,2	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-24, Углеводы-112, Калорийность-716	105-08
<u>Полдник</u>			
180	Йогурт	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-20, Калорийность-140	33-84
120	Фруктовая нарезка (яблоко)	Углеводы-14, Калорийность-56	18-56
300	Итого за Полдник	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-33, Калорийность-197	52-40
300	Итого за день	Белки-30, Жиры-26, Углеводы-145, Калорийность-913	157-48

Бухгалтер-
калькулятор 

Головина М.И.

Генеральный
директор 

Д.А. Затонский

Согласовано
Директ

МП

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 00DA91720996827D7860DE13FC4C85359E
Владелец: Абрамцова Юлия Александровна
Действителен с 22.03.2025 до 14.06.2024