

Меню СОШ (7-11, 2 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Обед</u>			
60	Салат "Витаминный" <i>капуста в/к, морковь в/к, яблоко, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Белки-1,68, Жиры-7, Углеводы-8,65, Калорийность-93,8	11-16
200	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3,63, Жиры-2,82, Углеводы-17,8, Калорийность-95	16-90
100	Фрикадельки из говядины тушеные в соусе <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в с, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, мука пшеничная в с, томат-паста, сахар-песок</i>	Белки-11,73, Жиры-10,5, Углеводы-8, Калорийность-141	49-97
150	Макаронны отварные с маслом <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4,3, Углеводы-29,5, Калорийность-193	13-39
200	Напиток из клубничного варенья <i>варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-15, Калорийность-67,8	9-14
25,7	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61	2-29
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-23
<u>765,7</u>	Итого за Обед	Белки-24,5, Жиры-25,19, Углеводы-102,3, Калорийность-705,5	105-08
<u>Полдник</u>			
100	Плюшка Оренбургская <i>мука пшеничная в с, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло сливочное, масло подсолнечное, дрожжи сухие, мак, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-60, Калорийность-381	26-14
200	Какао с молоком.. <i>молоко 2,5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-145	16-18
<u>300</u>	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-14, Углеводы-85, Калорийность-526	42-32
<u>300</u>	Итого за день	Белки-37,8, Жиры-39,67, Углеводы-187,07, Калорийность-1 231,7	147-42

МП

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
ДиректорДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 00DA91720998827D7860DE13FC4C85359B
Владелец: Абдраимова Юлия Александровна
Действителен: с 22.03.2023 до 14.06.2024