

МЕНЮ



Директор МБОУ СОШ № 1
2021 г.

Наименование и номер меню № 1
Дата 11.11.2021
Имя 3
Возраст 12 лет и старше

ЗАВТРАК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углево ды	Калорийн ость	цена
1	Икра кабачковая	100	1,68	0,08	20,45	89,28	23,00 Р
2	Плов из отварной говядины	200	20,40	19,09	32,44	396,00	90,00 Р
3	Фруктовый чай (с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	10,00 Р
4	Хлеб пшеничный	50	2,98	0,36	21,08	111,62	2,70 Р
5	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
Всего:		590	27,90	20,38	102,53	739,54	

128,70 Р

ОБЕД

1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	100	1,18	3,20	8,88	69,13	20,00 Р
2.	Рассольник	250	2,53	6,25	14,98	127,26	25,00 Р
3.	Голубцы капустные	100	8,33	8,50	6,26	190,40	52,00 Р
4.	Каша вязкая (ячневая)	180	5,58	10,98	31,08	257,20	22,00 Р
5.	Напиток из плодов шиповника	200	0,50	0,00	15,20	62,00	10,00 Р
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
8.	Фрукты свежие (яблоко кубанское)	120	0,50	0,50	12,25	55,50	15,00 Р
Всего:		1050	24,24	30,31	132,10	976,27	150,00 Р

Директор МБОУ СОШ № 1

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



МЕНЮ



Директор МБОУ СОШ № 1
2021 г.

Наименование и номер меню № 1
Дата 11.11.2021
Имя 3
Возраст 7-11 лет

ЗАВТРАК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углево ды	Калорийн ость	цена
1.	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,27	53,57	19,00 Р
2.	Плов из отварной говядины	180	18,36	17,19	29,20	356,40	80,00 Р
3.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	10,00 Р
4.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
5.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50 Р
Всего:		505	23,75	18,21	80,08	611,59	114,00 Р

138,50 Р

ОБЕД

1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	60	0,71	1,92	5,33	47,64	17,00 Р
2.	Рассольник	200	2,02	5,00	11,98	101,81	23,00 Р
3.	Голубцы капустные	90	7,50	7,65	5,63	171,40	48,50 Р
4.	Каша вязкая (ячневая)	150	3,23	4,22	25,80	231,80	48,50 Р
5.	Фрукты свежие (яблоко кубанское)	120	0,50	0,50	12,25	55,50	15,00 Р
6.	Напиток из плодов шиповника	200	0,50	0,00	15,20	62,00	10,00 Р
7.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
8.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42	2,00 Р
Всего:		900	18,96	19,95	110,57	844,51	138,50 Р

Директор МБОУ СОШ № 1

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

