

ЕЖЕДНЕВНОЕ М Е Н Ю
на " 11 " сентября 2023 год
по МБОУ "Самаровской ш. общ. школы"

2/1

школе

ЗАВТРАК 1-4 классы (7-11 лет)

ЗАВТРАК 5-11 классы (12 лет и старше)

№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
173	Каша вязкая молочная из гречневой крупы	200	8,64	11,06	44,32	312,0	200	8,64	11,06	44,32	312,0
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0
2	Бутерброд с повидлом	-	-	-	-	-	50	2,4	3,87	27,83	156,0
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	-	-	-	-	-
14	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,1	66,0	-	-	-	-	-
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,4	-	54	-	-	-	-	-
	ИТОГО :	470	14,64	23,03	73,9	562,1	465	11,11	14,95	87,15	528,0
ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 71 рублей 46 копеек		ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 46 рублей 00 копеек									

ОБЕД 1-4 классы (7-11 лет)

ОБЕД 5-11 классы (12 лет и старше)

№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
75	Икра кабачковая пром. пр-ва	60	1,63	4,31	8,73	80,28	-	-	-	-	-
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,96	94,6	250	2,69	2,84	17,46	118,25
173	Каша вязкая из пшеничной крупы	150	8,44	9,94	43,32	300,0	180	10,13	11,93	51,98	360,00
280	Фрикадельки в соусе	100	11,96	12,43	11,71	206,0	100	11,96	12,43	11,71	206,00
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	30	2,37	0,3	14,49	70,14
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	20	1,12	0,22	9,88	45,98
	ИТОГО:	775	27,74	29,49	147,09	857,0	795	28,34	27,74	120,52	860,37
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1245	42,38	52,52	190,90	1419,10	1260	39,45	42,69	207,67	1388,37
ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 копеек		ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 копеек									

Мед. работник О.В.С.

ПОВАР

ИНН 9105004425



Согласовано

Директор МБОУ