

ЕЖЕДНЕВНОЕ М Е Н Ю

на " 12 " сентября 2023 год

по № 669 "Самаровской обл. общ. школе"

2/2

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)
70/71	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,0	60	0,67	0,06	2,1	12,0
290	Птица тушеная в соусе	100	11,65	11,66	23,15	226,7	100	11,65	11,66	23,15	226,7
173	Каша вязкая из пшеничной крупы	150	8,44	9,94	43,32	300,0	180	10,13	11,93	51,98	360,0
389	Сок фруктовый	200	1,0	-	20,2	84,8	-	-	-	-	-
376	Чай с сахаром	-	-	-	-	-	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
	ИТОГО:	540	24,13	21,96	103,26	693,6	605	26,01	24,19	116,60	774,8
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)
70/71	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,0	60	0,67	0,06	2,1	12,0
98	Суп "Крестьянский" с крупой	200	1,19	3,93	4,87	61,0	250	1,48	4,92	6,09	76,25
291	Шлов из птицы	150	12,71	7,85	26,8	229,0	180	20,3	12,54	42,88	366,1
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:	675	18,13	12,38	73,14	478,12	755	26,01	18,06	90,44	630,47
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1215	42,26	34,34	176,40	1171,72	1360	52,02	42,25	207,04	1405,27
ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 копеек											
ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 копеек											

Мед.работник

Согласовано

Согласовано

