

ЕЖЕДНЕВНОЕ М Е Н Ю

на " 15 " сентября 2023 год

по МБОУ "Беловодская ср. общеобразовательная школа"

2/5

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. ценност ь (ккал)	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
210	Омлет натуральный	125	10,78	19,2	2,04	224	-	-	-	-	-
204	Макароны отварные с сыром	-	-	-	-	-	175	11,84	13,93	29,85	292,6
70/71	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,0	60	0,67	0,06	2,1	12,0
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60,0	200/15	0,07	0,02	15	60,0
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	30	2,37	0,3	14,49	70,14
14	Масло (порциями)	40	0,08	7,25	0,13	66,0	-	-	-	-	-
	ИТОГО :	440	13,97	26,83	33,76	432,14	480	14,95	14,31	61,44	434,74
	ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 71 рублей 46 копеек										
	ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 46 рублей 00 коп										

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. ценност ь (ккал)	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,0	250	1,8	4,92	10,93	103,8
173	Каша вязкая из пшеничной крупы	150	8,44	9,94	43,32	300,0	180	10,13	11,93	51,98	360,0
279	Тефтели (2-й вариант)	100	19,54	14,49	21,8	278,7	100	19,54	14,49	21,8	278,7
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60,0	200/15	0,07	0,02	15	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:	715	32,98	28,91	113,24	837,8	795	35,03	31,88	124,08	918,6
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1155	46,95	55,74	147,00	1269,9	1275	49,98	46,19	185,52	1353,3
	ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 копеек										
	ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 коп.										

Мед.работник А.В.В.

