

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на " 24 " сентября 2023 год

по МБОУ "Семельновской с.о.ш." школе

Директор МБОУ

Согласовано



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)
188	Запеканка рисовая с творогом	170	16,8	16,6	56,0	334,3	-	-	-	-	-
379	Кофейный напиток с молоком	200	2,68	2,68	15,9	100,6	-	-	-	-	-
173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы	-	-	-	-	-	200	8,52	6,48	43,88	277,3
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)	10	0,08	7,25	0,1	66,0	-	-	-	-	-
338	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	100	0,4	0,4	9,8	47,0
376	Чай с сахаром	-	-	-	-	-	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0
	ИТОГО:	510	22,33	27,23	96,32	618,04	545	11,36	7,20	83,17	454,44
ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 71 рублей 46 копеек											

ОБЕД 1-4 классы (7-11 лет) ОБЕД 5-11 классы (12 лет и старше)

№ п/п	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
119	Суп с горохом	200	6,24	38,41	12,75	441,8	250	7,8	48,02	15,94	552,3
289	Рагу из птицы	150	10,77	10,05	13,02	186,0	175	12,56	11,72	15,2	217,0
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0
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:	615	20,57	49,0	65,1	803,92	690	23,92	60,28	70,5	945,37
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1125	42,90	76,2	161,4	1421,96	1215	35,28	67,48	153,67	1399,81
ЦЕНА ЗА ОБЕД: 77 рублей 50 копеек					ЦЕНА ЗА ОБЕД: 77 рублей 50 копеек						

Мед. работник

О.С.С.

ПОВАР

