

ЕЖЕДНЕВНОЕ М Е Н Ю

на " 21 " сентября 2023 год
по МБОУ "Семёновская с/ш. ссу школе"

Директор МБОУ

Согласовано

Семёновская с/ш
Ректор

1/4 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, г	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
204	Макароны отварные с сыром	175	11,84	13,93	29,85	292,6	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	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	30	2,37	0,3	14,49	70,14
338	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	-	-	-	-	-
	ИТОГО:	555	15,34	14,71	66,23	461,74	455	14,94	14,31	56,43	414,74
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, г	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, г	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
119	Суп с горохом	200	6,24	38,41	12,75	441,80	250	7,8	48,02	15,94	552,25
239	Тефтели рыбные	80	7,93	6,58	9,41	129,0	80	7,93	6,58	9,41	129,0
128	Картофельное пюре	150	3,1	9,17	17,98	172,92	180	3,72	11,0	21,58	207,5
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
376	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0
	ИТОГО:	670	20,82	54,7	74,50	899,84	775	23	66,14	81,29	1044,9
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1225	36,16	69,41	140,73	1361,6	1230	37,94	80,45	137,72	1459,64
ЦЕНА ЗА ОБЕД: 77 рублей 50 копеек											
ЦЕНА ЗА ОБЕД: 77 рублей 50 копеек											

Мед.работник

