



Директор МБОУ
ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
на "22" января 2024 год
по вводу сбалансированной ссн в школу

ЗАВТРАК 1-4 классы (7-11 лет)									
№ т/к	Сборн ик рец.	Наименование блюда	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, гр	Энерг. ценность (ккал)
53/54	2022	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,00	-	-
138	2022	Макаронны отварные с сыром	175	11,84	13,93	29,85	292,60	-	-
582	2021	Кондитеские изделия	20	1,50	1,96	16,88	93,00	-	-
271	2022	Соки фруктовые и ягодные	180	0,90	-	18,18	75,60	-	-
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	-	-
231	2022	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	-	-
121	2011	Суп молочный с крупой пшено	-	-	-	-	-	200	2,97 3,57 6,14 71,2
261	2022	Чай с сахаром	-	-	-	-	-	180/10	0,06 0,18 9,06 40,00
к/к	2022	Хлеб пшеничный	-	-	-	-	-	30	2,37 0,3 14,49 70,14
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:			550	16,43	16,57	86,69	566,18	420	5,40 0,05 29,69 181,34
ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК: 73 рубля 71 коп.									
ОБЕД 5-11 классы (12 лет и старше)									
ЦЕНА ЗА ОБЕД: 46 рублей 00 копеек									

ОБЕД 1-4 классы (7-11 лет)									
№ т/к	Сборн ик рец.	Наименование блюда	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, гр	Энерг. ценность (ккал)
53/54	2022	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,00	-	-
73	2022	Суп картофельный	200	1,88	2,26	13,5	90,0	250	2,35 2,83 16,87 112,5
116	2022	Каша вязкая из пшеничной крупы	150	4,39	9,23	23,33	187,45	180	5,32 9,41 28,31 213,5
158	2022	Рыба тушеная в томате с овощами	100	10,28	3,6	3,85	89,0	100	10,28 3,6 3,85 89,0
к/к	2022	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	30	2,37 0,3 14,49 70,14
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	20	1,12 0,22 9,88 45,98
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,00	180/10	0,06 0,18 9,06 40,00
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:			750	20,77	15,85	60,21	534,97	770	21,50 16,54 82,46 571,1
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1300	37,20	32,42	140,90	1100,15	1190	26,90 20,59 117,2 752,44
ЦЕНА ЗА ОБЕД: 77 рублей 50 копеек									
ЦЕНА ЗА ОБЕД: 77 рублей 50 коп.									



Медработник