

ЕЖЕДНЕВНОЕ М Е Н Ю

на " 19 " сентября 2023 год

по МБОУ "Емельновской ср. общ. школе"

школе

1/2

1/2

ЗАВТРАК 1-4 классы (7-11 лет)							ЗАВТРАК 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)
70/71	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,0	-	-	-	-	-
128	Картофельное пюре	150	3,1	9,17	17,98	172,92	-	-	-	-	-
279	Тефтели (2-й вариант)	100	19,54	14,49	21,8	278,7	-	-	-	-	-
389	Сок фруктовый	200	1,0	-	20,2	84,8	-	-	-	-	-
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	-	-	-	-	-
401	Оладьи	-	-	-	-	-	165	11,6	11,48	71,29	435,0
379	Кофейный напиток с молоком	-	-	-	-	-	200	2,68	2,68	15,9	100,6
	ИТОГО:	540	26,68	24,02	76,57	618,56	365	14,28	14,16	87,19	535,6
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)

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)												
70/71	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,0	-	-	-	-	-												
97	Суп картофельный	200	1,87	2,26	13,5	91,2	250	2,34	2,83	16,87	114,0												
173	Каша вязкая из пшеничной крупы	150	8,44	9,94	43,32	300,0	180	10,13	11,93	51,98	360,0												
280	Фрикадельки в соусе	100	11,96	12,43	11,71	206,0	100	11,96	12,43	11,71	206,0												
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												
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0												
	ИТОГО:	775	26,50	25,23	110,00	785,32	795	27,99	27,73	119,93	856,12												
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1315	41,18	39,79	206,99	1367,92	1160	42,27	41,89	207,12	1391,72												
ЦЕНА ЗА ОБЕД: 77 рублей 50 копеек												ЦЕНА ЗА ОБЕД: 77 рублей 50 копеек											

Мед.работник

ПОВАР

ИНН 9105004425

Согласовано
Директор МБОУ "Емельновской ср. общ. школы"

