

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на " 09 " сентября 2023 год

по школе школа № 14

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

2/1

№ 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)
173	Каша вязкая молочная из гречневой крупы	210	8,56	3,81	54,17	286,0	210	8,56	3,81	54,17	286,0
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0
2	Бутерброд с повидлом	-	-	-	-	-	50	2,4	3,87	27,83	156,0
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	-	-	-	-	-
14	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,1	66,0	-	-	-	-	-
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,4	-	54	-	-	-	-	-
ИТОГО :		480	14,56	15,78	83,8	536,1	475	11,03	7,70	97,00	502,0

ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 71 рублей 46 копеек

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)
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,96	94,6	250	2,69	2,84	17,46	118,25
401	Оладьи со стуженным молоком	170	12,96	12,48	72,58	454,0	170	12,96	12,48	72,58	454,0
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 :		635	18,67	15,29	125,91	724,2	685	19,21	15,86	129,41	748,37
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1115	33,20	31,07	209,71	1260,8	1160	30,24	23,56	226,4	1250,37

ЦЕНА ЗА ОБЕД: 77 рублей 50 копеек

ЦЕНА ЗА ОБЕД: 77 рублей 50 копеек

Мед.работник О.В.В.

