

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа № 19" *С.С. Семенов*

на " 19 " *октября* 2023 год
по *МБОУ "Средняя общеобразовательная школа № 19"*

ЗАВТРАК 5-11 классы (12 лет и старше)

1/4 ЗАВТРАК 1-4 классы (7-11 лет)

№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции, г	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	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
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0	-	-	-	-	-
ИТОГО :		490	15,03	21,56	61,57	500,74	480	14,95	14,31	61,44	434,74

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	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0
ИТОГО:		695	20,83	54,7	79,51	919,84	775	23,01	66,14	86,3	1064,9
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1185	35,86	76,26	141,08	1420,6	1255	37,96	80,45	147,7	1499,64

ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 копеек

ЦЕНА ЗА ОБЕД : 50 копеек

Мед.работник *О.С.С.*

