

Директор МБОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на " 20 " октября 2023 год

по МБОУ "Высоковова ер. п.с.ш. школе



ЗАВТРАК 5-11 классы (12 лет и старше)

№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции, гр				Энерг. ценность (ккал)	У	Ж	Б	Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, гр				Энерг. ценность (ккал)
		У	Ж	Б	У						Ж	Б	У		
70/71	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,0	-	-	-	24,55	-	-	-	-	
174	Каша вязкая из риса	150	2,36	8,66	22,97	172,6	-	-	-	-	-	-	-	-	
280	Фрикадельки в соусе	105	6,77	16,99	11,07	227,0	-	-	-	-	-	-	-	-	
174	Каша вязкая молочная из риса	-	-	-	-	-	-	-	-	210	5,92	3,6	52,8	268,00	
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0	200/15	0,07	0,02	15,0	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	2,37	0,3	14,49	70,14	
338	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	-	-	-	-	-	-	-	-	
	ИТОГО:	660	12,64	26,43	75,43	588,74	455	8,36	3,92	82,29	398,14				

ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК: 71 рублей 46 копеек

ОБЕД 1-4 классы (7-11 лет)

№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции, гр				Энерг. ценность (ккал)	У	Ж	Б	Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, гр				Энерг. ценность (ккал)
		У	Ж	Б	У						Ж	Б	У		
113	Суп-лапша "Домашняя"	200	2,05	4,43	9,3	92,6	250	3,56	11,62	11,62	11,62	11,62	122		
143	Рагу из овощей	155	2,61	16,22	12,7	209,6	175	2,95	18,32	14,3	14,3	14,3	236,70		
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0	200/15	0,07	0,02	15,0	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	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	1,12	0,22	9,88	45,98	
	ИТОГО:	620	8,22	21,19	61,37	478,32	690	10,07	30,48	65,29	10,07	30,48	534,82		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1280	20,86	47,62	136,80	1067,1	1145	18,43	34,40	147,6	18,43	34,40	932,96		

ЦЕНА ЗА ОБЕД: 77 рублей 50 копеек

Мед.работник О.П.П.

ПОВАР

ЦЕНА ЗА ОБЕД: 77 рублей 50 копеек



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 726242342903868691666490759959119263676517201292

Владелец Петренко Сергей Николаевич

Действителен с 18.09.2023 по 17.09.2024