

Директор МБОУ Средняя общеобразовательная школа № 29 г. Златоуст Челябинская область

Согласовано

Д.С.И. Бегримо

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на " 29 " декабря 2023 год

по МБОУ "Средняя общеобразовательная школа № 29" школе

2/5 ЗАВТРАК 1-4 классы (7-11 лет) ЗАВТРАК 5-11 классы (12 лет и старше)

№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, гр	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
73	Икра кабачковая пром. пр-ва	60	1,63	4,31	8,73	80,28	-	-	-	-	-
209	Яйца вареные	40	5,08	4,6	0,28	63	-	-	-	-	-
70/71	Овощи натуральные по сезону	-	-	-	-	-	60	0,67	0,06	2,1	12,0
376	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	30	2,37	0,3	14,49	70,14
338	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	-	-	-	-	-
	ИТОГО :	595	21,38	23,56	73,14	593,02	455	14,94	14,31	56,43	414,74
ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 71 рублей 46 копеек		ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 46 рублей 00 коп									

ОБЕД 1-4 классы (7-11 лет)

№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,0	250	1,8	4,92	10,93	103,8
173	Каша вязкая из пшеничной крупы	150	5,65	8,7	24,55	183,3	180	6,85	8,78	29,8	208,4
279	Тефтели (2-й вариант)	110	6,96	16,11	11,61	223,0	110	6,96	16,11	11,61	223,0
376	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0
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 :	700	17,60	29,29	79,27	645,4	780	19,16	30,35	86,70	691,3
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1295	38,98	52,85	152,41	1238,4	1235	34,10	44,66	143,13	1106,04
ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 копеек		ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 копеек									

Мед. работник Бегримо