



Согласовано
Директор МБОУ *С.И. Дегриш*
МБОУ «Ешамыновская СОШ»

ЕЖЕДНЕВНОЕ М Е Н Ю
на " 30 " сентября 2024 год
по МБОУ «Ешамыновская СОШ» школе

1/1

ЗАВТРАК 1-4 классы (7-11 лет)

ЗАВТРАК 5-11 классы (12 лет и старше)

№ т/к	Сборник рец.	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б			Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, гр	Б			Энерг. ценность (ккал)
				Б	Ж	У			Б	Ж	У	
53/54	2022	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,00	60	0,67	0,06	2,1	12,00
204	2022	Макароны отварные с сыром	175	11,84	13,93	29,85	292,6	175	11,8	13,93	29,85	292,6
582	2021	Кондитеские изделия	20	1,50	1,96	16,88	93,0	20	1,50	1,96	16,88	93,0
271	2022	Соки фруктовые и ягодные	180	0,90	-	18,18	75,60	180	0,90	-	18,18	75,60
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	20	1,12	0,22	9,88	45,98
231	2022	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	100	0,4	0,4	9,8	47,0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:			555	16,43	16,57	86,69	566,18	555	16,43	16,57	86,69	566,18

ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 73 рубля 71 коп.

ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 88 рублей 14 копеек

ОБЕД 1-4 классы (7-11 лет)

ОБЕД 5-11 классы (12 лет и старше)

№ т/к	Сборник рец.	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б			Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, гр	Б			Энерг. ценность (ккал)
				Б	Ж	У			Б	Ж	У	
53/54	2022	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,00	60	0,67	0,06	2,1	12,00
113	2011	Суп-лапша "Домашняя"	200	2,05	4,43	9,3	92,6	250	3,56	5,79	11,62	122,0
116	2022	Каша вязкая из пшеничной крупы	150	4,39	9,23	23,33	187,45	180	5,32	9,41	28,31	213,5
158	2022	Рыба тушеная в томате с овощами	100	10,28	3,6	3,85	89,0	100	10,28	3,6	3,85	89,0
к/к	2022	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	30	2,37	0,3	14,49	70,14
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	20	1,12	0,22	9,88	45,98
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,00	180/10	0,06	0,18	9,06	40,00
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:			750	20,94	18,02	72,01	537,17	830	23,38	19,56	79,31	592,6
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1305	37,37	34,59	158,70	1103,35	1385	39,81	36,13	166,0	1158,78

ЦЕНА ЗА ОБЕД : 108 рублей 07 копеек

ЦЕНА ЗА ОБЕД : 127 рублей 32 коп.

Мед.работник *Дегриш*

