

Директор МБОУ

Согласовано

ЕЖЕДНЕВНОЕ М Е Н Ю

на " 10 " октября 2024 год
по МБОУ "Есенинская СОШ" школе

ЗАВТРАК 1-4 классы (7-11 лет)

ЗАВТРАК 5-11 классы (12 лет и старше)



2/4

№ т/к	ик рец.	Наименование блюд	Выход одной порции,гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
56	2022	Икра кабачковая (пром.пр-ва)	60	1,63	4,31	8,73	80
172	2022	Печень по сторгановски	100	14,06	8,34	7,57	162
116	2022	Каша вязкая из гречневой крупы	150	4,39	9,23	23,33	187,45
268	2022	Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,56	91,8
к/к	2022	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98
279	2022	Оладьи со сгущенным молоком	-	-	-	-	-
264	2022	Кофейный напиток с молоком	-	-	-	-	-
ИТОГО :			540	28,80	26,90	71,56	637,37

ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 73 рубля 71 коп.

ОБЕД 1-4 классы (7-11 лет)

Выход одной порции,гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
-	-	-	-	-
-	-	-	-	-
-	-	-	-	-
-	-	-	-	-
-	-	-	-	-
170	12,96	12,48	72,6	454,0
200	3,16	2,68	15,9	100,0
370	16,1	15,16	88,5	554,00

ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК 88 рублей 14 копеек

ОБЕД 5-11 классы (12 лет и старше)

№ т/к	Сборн ик рец.	Наименование блюд	Выход одной порции,гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
53/54	2022	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,0
74	2022	Суп "Крестьянский" с крупой	200	1,18	3,94	4,88	60,0
117	2022	Каша вязкая рисовая	150	2,36	8,66	22,97	172,6
234	2022	Котлета рыбная	80	6,56	5,31	9,03	108
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0
к/к	2022	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98
ИТОГО:			730	14,32	18,67	72,41	508,72
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1270	43,12	45,57	143,97	1146,09

ЦЕНА ЗА ОБЕД : 108 рублей 07 копеек

Выход одной порции,г	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
60	0,67	0,06	2,1	12,0
250	1,48	4,92	6,1	75,00
180	2,83	10,39	27,56	207,1
80	6,56	5,31	9,03	108
180/10	0,06	0,18	9,06	40,0
30	2,37	0,3	14,49	70,14
20	1,12	0,22	9,88	45,98
810	15,09	21,38	78,22	558,22
1180	31,19	36,54	166,72	1112,22

ЦЕНА ЗА ОБЕД :127 рублей 32 коп.

Мед.работник

[Handwritten signature]

