

Директор МБОУ

Согласовано

ЕЖЕДНЕВНОЕ М Е Н Ю

на " 15 " ноября 2024 год

по МБОУ "Емельяновская СОШ" школе

ЗАВТРАК 5-11 классы (12 лет и старше)

№ т/к	Сборник рец.	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность
53/54	2022	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,10	12
91	2022	Картофельное пюре	150	3,1	9,17	17,98	172,8
116	2022	Каша вязкая пшеничная	-	-	-	-	-
187	2022	Тефтели	110	6,96	16,11	11,61	223,0
271	2022	Соки фруктовые и ягодные	180	0,9	-	18,18	75,6
376	2022	Чай с сахаром	-	-	-	-	-
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 :			550	15,1	25,86	74,24	599,52

ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 73 рубля 71 коп.
ОБЕД 1-4 классы (7-11 лет)

Выход одной порции, г	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
60	0,67	0,06	2,10	12
-	-	-	-	-
180	5,32	9,41	28,31	213,5
110	6,96	16,11	11,61	223,0
-	-	-	-	-
180/10	0,06	0,18	9,06	40,0
40	3,16	0,4	19,32	93,52
30	1,68	0,33	14,82	68,97
610	17,9	26,49	85,22	651,0

ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК 88 рублей 14 копеек
ОБЕД 5-11 классы (12 лет и старше)

№ т/к	Сборник рец.	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
66	2022	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,42	3,96	6,32	70,0
137	2022	Макароны отварные с маслом	150	5,64	5,61	36,0	216,0
189	2022	Фрикадельки мясные в соусе	100	7,0	14,81	8,1	194,0
268	2022	Кисломолочный продукт	200	5,2	4,5	7,56	91,8
к/к	2022	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98
406	2022	Пирожок печеный с повидлом	80	6,4	6,4	46,4	272
ИТОГО:			790	29,94	35,9	133,58	983,3
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1340	45,04	61,76	207,82	1582,8

ЦЕНА ЗА ОБЕД : 108 рублей 07 копеек

Выход одной порции, г	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
250	1,78	4,95	7,90	87,5
180	6,77	6,73	43,2	259,2
100	7,0	14,81	8,1	194,0
200	5,2	4,5	7,56	91,8
60	4,74	0,6	28,98	140,28
30	1,68	0,33	14,82	68,97
80	6,4	6,4	46,4	272
900	33,57	38,32	156,96	1113,8
1510	51,47	64,81	242,18	1764,80

ЦЕНА ЗА ОБЕД : 127 рублей 32 коп.

Мед.работник

