

СОГЛАСОВАНО:
 Директор МБОУ "СОШ №11"
 В.Н. Варенова



МЕНЮ

на "06" Февраля 2025г

День 4

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		ЦЕНА	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											83,00	83,00
Омлет	200	250	20,88	26,10	22,47	28,09	3,90	4,88	301,42	376,78	56,2	70,3
Какао-напиток на молоке	200	200	3,97	3,97	3,80	3,80	9,10	9,10	87,52	87,52		
											17,9	17,9
Печенье	40	40	3,00	3,00	3,92	3,92	29,76	29,76	166,80	166,80	16,4	16,4
Хлеб из муки пшеничной	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,20	157,20	6,3	6,3
Итого за завтрак:	500	550	32,35	37,57	31,93	37,55	73,61	74,58	712,94	788,30	16,4	16,4
Обед											88,80	102,80
Салат Мозайка	60	100	1,73	2,88	4,43	7,38	6,11	10,18	71,43	119,05	7	11,7
Суп картофельный с рисом	200	250	1,61	2,01	7,09	8,86	12,57	15,72	118,92	148,65	8,1	9,9
Котлета рыбная Любительская	90	100	13,20	14,67	3,39	3,77	11,37	12,63	129,13	143,48	30,60	33,90
Картофельное пюре	150	180	3,30	3,96	5,57	6,68	22,13	26,55	152,10	182,52	16,3	19,6
Компот из плодов сушеных	200	200	0,48	0,48	0,04	0,04	14,83	14,83	60,72	60,72	3,1	3,1
Хлеб из муки пшеничной	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,20	157,20	6,3	6,3
Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,24	2,24	0,44	0,44	19,76	19,76	92,80	92,80	3,00	4,50
Итого за обед:	800	930	27,06	30,74	22,69	28,90	117,61	130,51	782,30	904,42		
Полдник											55,00	
Биточки манные с повидлом	150		3,39		5,27		45,50		240,00		11,50	
Сок фруктовый	200		10,00		0,00		20,00		84,00		30,00	
Итого за полдник:	350		13,39		5,27		65,50		324,00			
Итого за день		1480	72,8	68,3	59,9	66,4	256,7	205,1	1 819,2	1 692,7		

Ответственный за питание: _____

Повар: _____