

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Фарзуллаева Н.Ю.

СОГЛАСОВАНО:
Директор школы

МЕНЮ
На 27.01.2025 (понеделник)

на 27.10.2022 г.													
категория		учащиеся от 7 до 11 лет						учащиеся 12 лет и старше					
Наименование	Вес блюда (гр)	Цена (руб)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Вес блюда (гр)	Цена (руб)	ККал	Белки	Жиры	Углевод ы	
Завтрак													
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	20,16	161,99	3,72	6,07	22,99	200	26,30	211,06	4,82	7,97	29,88	
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	51	26,99	152,19	4,87	6,96	18,55	51	26,99	152,19	4,87	6,96	18,55	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	49,33	0,23	0,00	12,11	200	2,50	49,33	0,23	0,00	12,11	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ							36	3,74	86,40	2,88	0,36	19,08	
Итого за Завтрак		49,65	363,51	8,82	13,03	53,65		59,53	412,58	9,92	14,93	60,54	
Обед													
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ПОМИДОРАМИ	60	6,18	60,05	0,98	3,20	6,72	100	6,18	60,02	0,97	3,20	6,72	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/20/5	20,74	104,60	4,40	5,50	8,80	250/20/5	25,30	104,60	4,40	5,50	8,80	
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	90	40,24	178,86	13,58	12,23	3,58	100	44,71	181,82	13,63	12,42	3,82	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	10,75	214,72	5,38	6,24	34,25	200	14,40	216,17	5,38	6,39	34,25	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	15,00	66,33	0,18	0,08	15,90	200	15,00	66,33	0,18	0,08	15,90	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	3,74	86,40	2,88	0,36	19,08	36	3,74	86,40	2,88	0,36	19,08	
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,07	88,00	2,80	0,40	18,40	40	4,07	88,00	2,80	0,40	18,40	
Итого за Обед		100,72	799	30,20	28,01	106,7		113,40	883	30,20	19,49	137,1	
Полдник													
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	50	24,70	435,00	7,90	15,40	64,80	50	24,70	435,00	7,90	15,40	64,80	
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	150	25,10	82,23	4,07	3,64	6,57	200	33,46	109,63	5,43	4,85	8,75	
МАНДАРИНЫ	100	18,20	43,02	0,90	0,20	8,10	130	24,00	55,90	1,17	0,26	10,53	
Итого за Полдник		68,00	560	12,87	19,24	79,47		82,16	422	15,46	10,44	62,66	
Ужин													
БИТОЧКИ ПО- БЕЛОРУССКИ	90	54,69	228,02	13,57	16,92	5,36	100	60,40	253,10	15,08	18,78	5,95	
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	25,50	117,99	3,64	4,46	15,23	200	34,00	156,34	4,88	5,88	20,25	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	5,73	61,56	0,16	0,01	14,92	200/15/7	5,73	61,55	0,16	0,01	14,92	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	3,74	86,40	2,88	0,36	19,08	36	3,74	86,40	2,88	0,36	19,08	
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,07	88,00	2,80	0,40	18,40	80	8,14	176,00	5,60	0,80	36,80	
Итого за Ужин		93,73	582	23	22	73		112,01	733,39	28,60	25,83	97,00	
Второй ужин													
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	10,00	160,06	4,15	3,16	28,79	50	10,00	160,06	4,15	3,16	28,79	
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	19,53	83,42	0,97	0,19	19,59	200	19,53	83,42	0,97	0,19	19,59	
Итого за Второй ужин		29,53	243	5,12	3,35	48,38		29,53	323	4,14	6,97	60,47	
Итого за день		341,63	2 548,17	80,06	85,78	361,22		396,63	4 507,72	141,06	130,23	676,31	