



Утверждено
 Угурская СОШ
 Сорокин И.А.

МЕНЮ

Школа МБОУ Огурская СОШ возраст 6-10лет

Прием пищи	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Отд./корп	День
Завтрак	38	Пудинг из творога, запеченный с мясом и молоком	130\20	35,00	306	18	14	26		25.10.2023
	74	Чай с молоком.	200	5,00	70	3	2	10		
	1	Бутерброд с маслом	40\10	14,00	151	3	8	20		
Обед	63	Груша	150	31,00	71	1	0	25		
	17	овощи натуральные свежие помидор, огурец	50\50	20,00	18	1	0	3		
	22	щи по уральски с мясом со сметаной	200	20,00	155	8	10	9		
	42	рыба горбуша запеченная с морковью	100	22,00	128	11	7	4		
	60	картофельное пюре	150,00	17,00	142	3	4	24		
	60	напиток витаминизированный вишоша	200	14,00	93	0	0	21		
		хлеб пшеничный "Йодовый"	60	6,00	135	5	1	28		
		хлебжарно-пшеничный "Йодовый"	40	4,00	100	3	0	21		

Школа МБОУ Огурская СОШ возраст 11-18 лет

Прием пищи	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Отд./корп	День
Завтрак	38	Пудинг из творога, запеченный с изюмом с молоком	150\50	40,00	433	23	18	45		25.10.2023
	74	Чай с молоком.	200	5,00	70	3	2	10		
	1	Бутерброд с маслом	40\10	14,00	151	3	8	20		
Обед	63	Груша	150	31,00	71	1	0	25		
	17	овощи натуральные свежие помидор, огурец	50\50	20,00	18	1	0	3		
	22	щи по уральски с мясом со сметаной	250	22,00	174	9	1058	11		
	42	рыба горбуша запеченная с морковью	120	26,00	153	14	9	5		
	60	картофельное пюре	200,00	20,00	177	4	7	25		
	60	напиток витаминизированный вишоша	200	14,00	93	0	0	21		
		хлеб пшеничный "Йодовый"	80	10,00	180	6	1	37		
		хлебжарно-пшеничный "Йодовый"	40	4,00	100	3	0	21		