Утверждаю _____Директор МБОУ Огурская СОШ Сорокин И.А.

МЕНЮ

Школа: МБОУ Огурская СОШ возраст 6-10лет | Отд./корп | День: 19.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
		1	бутерброд с маслом	40\10	13,00	151	3	8	3
		39	запеканка из творога с морковью	150\5	30,00	282	16	13	26
	гор напиток	75	кофейный напиток	200	12,00	953	3	4	14
	хлеб бел.								
			хлеб ржано-пшеничный "йодовый"	30	3,00	75	2	0	16
	фрукты								
Обед		12	салат из свеклы с яблоком	100	15,00	80	1	5	7
		25	Суп крестьянский с перловкой	200	20,00	116	5	6	11
		47	говядина в кисло -сладком соусе	100	29,00	175	15	10	7
		55	каша гречневая	150,00	18,00	151	4	5	22
		68	кисель	200	11,00	95	0	0	24
			хлеб пшеничный "йодовый"	50	4,00	113	4	1	23
			хлебржано-пшеничный "йодовый"	30	3,00	75	2	0	16

Школа: МБОУ Огурская СОШ возраст 11-18 лет | Отд./корп | День: 19.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
		1	бутерброд с маслом	40\10	13,00	151	3	8	3
		39	запеканка из творога с морковью	220\5	35,00	365	21	16	35
	гор напиток	75	кофейный напиток	200	12,00	953	3	4	14
	хлеб бел.								
			хлеб ржано-пшеничный "йодовый"	20	2,50	50	1	0	11
	фрукты								
		12	салат из свеклы с яблоком	100	15,00	80	1	5	7
Обед		25	Суп крестьянский с перловкой	250	22,00	210	18	12	8
		47	говядина в кисло -сладком соусе	120	32,00	210	18	12	8
		55	каша гречневая	200,00	20,00	202	6	7	30
		68	кисель	200	11,00	95	0	0	24
			хлеб пшеничный "йодовый"	50	4,00	113	4	1	23
			хлебржано-пшеничный "йодовый"	30	3,00	75	2	0	16