

Директор МБОУ

# МЕНЮ

ДЛЯ ДЕТЕЙ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ от 11 лет

на " 01 " 06 2022 год

по МБОУ " Железобская СОШ " школе



1/2

## ЗАВТРАК

№п/п	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
1	Оладьи с повидлом	220	15,47	15,31	95,05	579,9
2	Какао с молоком	180	4,08	3,544	17,58	118,6
3	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>ИТОГО ЗАВТРАК:</b>			<b>19,95</b>	<b>19,25</b>	<b>122,43</b>	<b>745,50</b>

## ОБЕД

№п/п	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
1	Овощи натуральные по сезону	100	1,1	0,2	3,8	22,00
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,5	118,30
3	Каша вязкая гречневая	180	10,13	11,93	51,98	360,00
4	Птица тушеная в соусе	100	11,65	11,66	23,15	226,70
4	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98
6	Компот из яблок	180	0,144	0,144	25,1	103,14
<b>ИТОГО ОБЕД:</b>			<b>29,20</b>	<b>27,29</b>	<b>145,90</b>	<b>946,26</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ №2:</b>			<b>49,15</b>	<b>46,55</b>	<b>268,33</b>	<b>1691,76</b>

**ЦЕНА ЗАВТРАК + ОБЕД 240 руб. 88 коп.**

Мед. работник За Зинченко Т.В.

Калорийность 1691,76

