

УТВЕРЖДАЮ

Шелангерская средняя
общеобразовательная школа»
С.И. Самикова

Меню на 10 МАЯ 2023 г.

с 5 кл. по 11кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Биточки мясные	15,55	11,55	15,7	228,75	100	26,50
2. Рис отварной с соусом	5,45	9,8	5,44	255,6	200/50	8,76
3. Чай с сахаром	0,2	-	24	58	200	1,82
4. Хлеб	1,74	0,64	12,54	60,88	30	1,80
Итого:	22,94	21,99	57,68	603,23		38,88

с 1 кл. по 4 кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Суп картофельный с бобовым на мясокостном бульоне	11,7	7,32	17,8	216,86	250	15,50
2. Биточки мясные	15,55	11,55	15,7	228,75	100	26,50
3. Рис отварной с соусом	5,45	9,8	5,44	255,6	200/50	8,76
4. Чай с сахаром	0,2	-	24	58	200	1,82
5. Хлеб	3,48	1,28	25,08	121,75	60	3,60
6. Фрукты (яблоко)	0,4	0,4	10,3	44	100	17,00
Итого:	36,78	30,35	98,32	924,96		73,18

Многодетные

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
Завтрак						
1. Бутерброд с маслом	1,1	9,0	6,8	115	30/20	6,95
2. Суп молочный с макаронными изделиями	5,5	4,9	12,3	331,2	250	11,51
3. Кофейный напиток	2,24	2,1	25,03	118,8	200	6,40
Итого:	8,84	16,0	44,13	564,0		24,86
Обед						
1. Суп картофельный с бобовым на мясокостном бульоне	11,7	7,32	17,8	216,86	250	15,50
2. Биточки мясные	15,55	11,55	15,7	228,75	100	26,50
3. Рис отварной с соусом	5,45	9,8	5,44	255,6	200/50	8,76
4. Чай с сахаром	0,2	-	24	58	200	1,82
5. Хлеб	3,48	1,28	25,08	121,75	60	3,60
6. Фрукты (яблоко)	0,4	0,4	10,3	44	100	17,00
Итого:	36,78	30,35	98,32	924,96		73,18
ВСЕГО	45,62	46,35	142,45	1488,96		98,04