

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ «Шелангская средняя
общеобразовательная школа»
С.И. Самикова



Меню на 13 МАРТА 2023г.

с 5 кл. по 11кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Биточки мясные	12,44	9,24	12,56	183,0	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:	19,83	19,68	54,54	557,48		38,88

с 1 кл. по 4 кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Суп картофельный с макаронными изделиями на мясокостном бульоне	7,13	4,45	15,5	160,05	250	15,00
2. Биточки мясные	12,44	9,24	12,56	183,0	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	15,00
Итого:	29,1	25,17	92,88	778,4		70,68

Многодетные

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
Завтрак						
1. Сыр порционный	6,96	8,85	6,8	72,8	30/20	15,70
2. Каша манная с маслом	5,8	9,2	31,8	240	200/6	8,60
3. Какао с молоком	4,9	5,0	32,5	190	200	10,92
1. Фрукты (апельсин)	0,9	0,2	8,1	38,76	100	24,00
Итого:	18,56	23,25	79,2	541,56		59,22
Обед						
1. Суп картофельный с макаронными изделиями на мясокостном бульоне	7,13	4,45	15,5	160,05	250	15,00
2. Биточки мясные	12,44	9,24	12,56	183,0	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
Итого:	28,7	24,77	82,58	778,4		55,68
ВСЕГО	47,26	48,02	161,78	1319,96		114,90