

УТВЕРЖДАЮ
Шелангерская средняя
общеобразовательная школа»
С.И. Самикова

Меню на 02 ноября 2022 г.

с 5 кл. по 11кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Тефтели мясные	8,8	13	9,66	191,33	60/50	22,50
2. Макароны отварные с соусом	6,4	12,2	45,6	326	200	6,80
3. Компот из смеси сухофруктов	0,6		31,4	124	200	4,16
4. Хлеб	2,73	0,4	19,5	85,8	30	1,80
Итого:	18,53	25,6	106,16	727,13		35,26

с 1 кл. по 4 кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Суп картофельный с крупой на мясокостном бульоне	9,3	7,27	18,3	132,4	250/10	16,00
2. Тефтели мясные	8,8	13	9,66	191,33	60/50	22,50
3. Макароны отварные с соусом	6,4	12,2	45,6	326	200	6,80
4. Компот из смеси сухофруктов	0,6		31,4	124	200	4,16
5. Хлеб	5,46	0,8	39	171,6	60	3,60
Итого:	30,56	33,27	143,96	945,33		53,06

Многодетные

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
Завтрак						
1. Бутерброд с маслом	1,1	9,2	6,8	115	30/10	8,50
2. Каша дружба на молоке	3,09	4,07	36,98	197	200/6	8,60
3. Какао с молоком	4,9	5,0	32,5	190	200	10,92
4. Фрукты	1,8	0,4	16,2	72	100	22,00
Итого:	10,89	18,67	92,48	574		50,02
Обед						
1. Суп картофельный с крупой, на мясокостном бульоне	9,3	7,27	18,3	132,4	250/10	16,00
2. Тефтели мясные	8,8	13	9,66	191,33	60/50	22,50
3. Макароны отварные с соусом	6,4	12,2	45,6	326	200	6,80
4. Компот из смеси сухофруктов	0,6		31,4	124	200	4,16
5. Хлеб	5,46	0,8	39	171,6	60	3,60
Итого:	30,56	33,27	143,96	945,33		53,06
ВСЕГО	41,45	51,97	236,44	1519,33		103,08