

УТВЕРЖДАЮ
Шелангерская средняя
общеобразовательная школа»
С.И. Самикова

Меню на 07 ноября 2022 г.

с 5 кл. по 11кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Биточки мясные	7,78	5,78	7,85	114,38	50/50	22,50
2. Рис отварной с соусом	6,4	12,2	45,6	326	200	11,72
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:	17,51	18,38	112,2	650,18		40,18

с 1 кл. по 4 кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Суп картофельный с макаронными изделиями мясокостном бульоне	2,95	2,5	21,0	120,0	250/10	15,00
2. Биточки мясные	7,78	5,78	7,85	114,38	50/50	22,50
3. Рис отварной с соусом	6,4	12,2	45,6	326	200	11,72
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:	23,19	21,28	144,85	855,98		56,98

Многодетные

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
Завтрак						
1. Яйцо варенное	5,1	4,6	4,3	63	40	7,90
2. Сыр порционный	4,64	5,9	-	72,8	30	11,90
3. Бутерброд с маслом	1,1	9,2	6,8	115	30/20	8,50
4. Каша рисовая на молоке	3,09	4,07	36,98	197	200/6	9,80
5. Какао с молоком	4,9	5,0	32,5	190	200	10,92
Итого:	18,83	28,77	80,58	637,80		49,02
Обед						
1. Суп картофельный с макаронными изделиями мясокостном бульоне	2,95	2,5	21,0	120,0	250/10	15,00
2. Биточки мясные	7,78	5,78	7,85	114,38	50/50	22,50
3. Рис отварной с соусом	6,4	12,2	45,6	326	200	11,72
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:	23,19	21,28	144,85	855,98		56,98
ВСЕГО	42,02	50,05	225,43	1493,78		106,00