

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



Меню на 24 октября 2022г.

с 5 кл. по 11кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Куры отварные	14,33	5,55	0,38	276,25	100	30,97
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:	24,06	18,15	96,88	812,05		43,73

с 1 кл. по 4 кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Рассольник на мясокостном бульоне	3,0	4,5	20,1	135	250	15,00
2. Птица отварная	14,33	5,55	0,38	276,25	100	30,97
3. Макароны изделия 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:	29,79	23,05	136,48	1032,85		60,53

Многодетные

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
Завтрак						
1. Бутерброд с маслом	1,1	9,2	6,8	115	30/20	8,50
2. Каша дружба на молоке	3,09	4,07	36,98	197	200/6	8,60
3. Кофейный напиток	2,5	3,6	28,7	152	200	6,40
4. Фрукты					100	7,80
Итого:	6,69	16,87	72,48	464,0		31,30
Обед						
1. Рассольник на мясокостном бульоне	3,0	4,5	20,1	135	250/10	15,00
2. Куры отварные	14,33	5,55	0,38	276,25	100	30,97
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:	29,79	23,05	136,48	1032,85		60,53
ВСЕГО	36,48	39,92	208,96	1496,85		91,83