

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



Меню на 26 октября 2022г.

с 5 кл. по 11 кл.

	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. Салат из зеленого горошка	1,49	2,59	3,12	41,8	50	8,00
4. Чай с сахаром	0,2	-	24	58	200	2,58
5. Хлеб	2,73	0,4	19,5	85,8	30	1,80
Итого:	18,60	20,97	100,07	625,98		46,60

с 1 кл. по 4 кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Суп картофельный с бобовым на мясокостном бульоне	6,2	5,6	22,3	167	250/10	15,50
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. Салат из зеленого горошка	1,49	2,59	3,12	41,8	50	8,00
5. Чай с сахаром	0,2	-	24	58	200	2,58
6. Хлеб	5,46	0,8	39	171,6	60	3,60
Итого:	27,53	26,97	141,87	878,78		63,90

Многодетные

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
Завтрак						
1. Бутерброд с маслом	1,1	9,2	6,8	115	30/20	8,50
2. Суп молочный с макаронными изделиями	4,4	8,6	31,7	179	250	18,90
3. Кофейный напиток	2,5	3,6	28,7	152	200	6,40
4. Фрукты	1,8	0,4	16,2	72	100	22,00
Итого:	9,80	21,80	83,40	518,00		55,80
Обед						
1. Суп картофельный с бобовым на мясокостном бульоне	6,2	5,6	22,3	167	250/10	15,50
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. Салат из зеленого горошка	1,49	2,59	3,12	41,8	50	8,00
5. Чай с сахаром	0,2	-	24	58	200	2,58
6. Хлеб	5,46	0,8	39	171,6	60	3,60
Итого:	27,53	26,97	141,87	878,78		63,90
ВСЕГО	37,33	48,77	225,27	1396,78		119,70