Самикова Светлана Ильинична

Подписано цифровой подписью: Самикова Светлана Ильинична
DN: c=RU, o=МОУ "Шелангерская средняя общеобразовательная школа", cn=Самикова Светлана Ильинична, email=shelanger@yandex.ru
Дата: 2023.10.23 07:05:21 +03'00'

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

МЕНЮ НА 04 ОКТЯБРЯ 2023г.

с 5 кл. по 11 кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Котлета мясная	15,55	11,55	15,7	228,75	100	28,10
2. Макароны изделия отварные с соусом	7,83	2,69	28,69	240,9	200/50	7,10
3. Сок	1,0	0,2	20,2	92	200	13,00
4. Хлеб	1,74	0,64	12,54	60,88	30	2,10
Итого:	26,12	15,08	77,13	622,53		50,30

с 1 кл. по 4 кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	Цена
1. Борщ из свежей капусты на мясокостном бульоне	9,3	7,27	11,92	132,4	250	16,00
2. Котлета мясная	15,55	11,55	15,7	228,75	100	28,10
3. Макароны изделия отварные с соусом	7,83	2,69	28,69	240,9	200/50	7,10
4. Сок	1,0	0,2	20,2	92	200	13,00
5. Хлеб	3,48	1,28	25,08	121,75	60	4,20
Итого:	37,16	22,99	101,59	815,8		68,40

Многодетные

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
Завтрак						
1. Бутерброд с маслом	1,1	9,0	6,8	115	30/20	12,10
2. Каша пшенная на молоке	5,8	9,2	31,8	240	200/6	8,60
3. Какао с молоком	4,9	5,0	32,5	190	200	11,00
Итого:	11,80	23,2	71,1	545,0		31,70
Обед						
1. Борщ из свежей капусты на мясокостном бульоне	9,3	7,27	11,92	132,4	250	16,00
2. Котлета мясная	15,55	11,55	15,7	228,75	100	28,10
3. Макароны изделия отварные с соусом	7,83	2,69	28,69	240,9	200/50	7,10
4. Сок	1,0	0,2	20,2	92	200	13,00
5. Хлеб	3,48	1,28	25,08	121,75	60	4,20
Итого:	37,16	22,99	101,59	815,8		68,40
ВСЕГО	48,96	46,19	172,69	1360,8		100,10