

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



Меню на 26 сентября 2022г.

с 5 кл. по 11кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Птица отварная	14,33	5,55	0,38	276,25	100	30,97
2. Макароны изделия отварные с соусом	6,4	12,2	45,6	326	200	6,80
3. Компот из 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	250/10	15,00
2. Птица отварная	14,33	5,55	0,38	276,25	100	30,97
3. Макароны изделия отварные с соусом	6,4	12,2	45,6	326	200	6,80
4. Компот из сухофруктов	0,6		31,4	124	200	4,16
5. Хлеб	5,46	0,8	39	171,6	60	3,60
6. Фрукты	0,5	0,1	10,1	46	100	7,80
Итого:	30,29	23,15	146,58	1078,85		68,33

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	6,44
Итого:	6,69	16,87	72,48	464,0		23,54
Обед						
1. Рассольник на мясокостном бульоне	3,0	4,5	20,1	135	250/10	15,00
2. Птица отварная	14,33	5,55	0,38	276,25	100	30,97
3. Макароны изделия отварные с соусом	6,4	12,2	45,6	326	200	6,80
4. Компот из сухофруктов	0,6		31,4	124	200	4,16
5. Хлеб	5,46	0,8	39	171,6	60	3,60
6. Фрукты	0,5	0,1	10,1	46	100	7,80
Итого:	30,29	23,15	146,58	1078,85		68,33
ВСЕГО	36,98	40,02	219,06	1542,85		91,87