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: 2023.09.30 21:35:08 +03'00'

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

Меню на 11 СЕНТЯБРЯ 2023г.

с 5 кл. по 11кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Биточки мясные	12,44	9,24	12,56	183,0	100	28,10
2. Рис отварной с соусом	5,45	9,8	5,44	255,6	200/50	10,70
3. Чай с сахаром	0,2	-	24	58	200	2,79
4. Хлеб	1,74	0,64	12,54	60,88	30	2,10
Итого:	19,83	19,68	54,54	557,48		43,69

с 1 кл. по 4 кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Суп картофельный с макаронными изделиями на мясокостном бульоне	7,13	4,45	15,5	160,05	250	15,00
2. Биточки мясные	12,44	9,24	12,56	183,0	100	28,10
3. Рис отварной с соусом	5,45	9,8	5,44	255,6	200/50	10,70
4. Чай с сахаром	0,2	-	24	58	200	2,79
5. Хлеб	3,48	1,28	25,08	121,75	60	4,20
Итого:	28,7	24.77	82,58	734,4		60,79

Многодетные

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
Завтрак						
1. Сыр порционный	6,96	8,85	6,8	72,8	30/20	16,00
2. Каша манная с маслом	5,8	9,2	31,8	240	200/6	13,20
3. Какао с молоком	4,9	5,0	32,5	190	200	11,00
Итого:	17,66	23,05	71,1	502,80		40,20
Обед						
1. Суп картофельный с макаронными изделиями на мясокостном бульоне	7,13	4,45	15,5	160,05	250	15,00
2. Биточки мясные	12,44	9,24	12,56	183,0	100	28,10
3. Рис отварной с соусом	5,45	9,8	5,44	255,6	200/50	10,70
4. Чай с сахаром	0,2	-	24	58	200	2,79
5. Хлеб	3,48	1,28	25,08	121,75	60	4,20
Итого:	28,7	24,77	82,58	778,4		60,79
ВСЕГО	46,36	47,82	153,68	1281,20		100,99