

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МАОУ СОШ № 1
НИКОЛАЕВА Т.Л.

МЕНЮ НА 18 ЯНВАРЯ 2024 ГОДА

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет. ценн.,ккал. |
|------------------------------------|-----------|------------|-------|-------|----------|-------------------------|
| ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ) | | | | | | |
| КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ | 19,49 | 245/9 | 12,18 | 15,38 | 36,65 | 335 |
| ЧАИ С САХАРОМ | 1,95 | 200. | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 3,56 | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,3 | 119 |
| ИТОГО | 25 | | 16,18 | 15,83 | 75,96 | 511 |
| ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ) | | | | | | |
| КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ | 23,78 | 285/12 | 14,16 | 17,89 | 42,63 | 388 |
| ЧАИ С САХАРОМ | 1,95 | 200. | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 4,27 | 60. | 4,56 | 0,48 | 29,16 | 142 |
| ИТОГО | 30 | | 18,92 | 18,42 | 86,8 | 587 |
| ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ) | | | | | | |
| ОГУРЦЫ СВ. ПОРЦИЯМИ | 9,3 | 60. | 0,48 | 0,12 | 3,12 | 12 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОИ С ПТИЦЕЙ | 9,83 | 200/5 | 3,08 | 3,03 | 14,6 | 98 |
| КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ | 27,3 | 90(50/40) | 10,59 | 8,87 | 6,76 | 150 |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 6,81 | 150 | 5,1 | 9,15 | 34,2 | 241 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 11,64 | 200. | 0,4 | 0,08 | 29,85 | 122 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 3,12 | 60 | 4,5 | 0,9 | 25,8 | 126 |
| ИТОГО | 68 | | 24,15 | 22,15 | 114,33 | 749 |
| ОБЕД (С 12 ЛЕТ) | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ | 11,23 | 100 | 0,79 | 10,07 | 3,02 | 105 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОИ | 9,65 | 250 | 2,32 | 2,85 | 17,4 | 105 |
| КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ | 28,16 | 100(50/50) | 11,7 | 9,8 | 7,5 | 168 |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 8,2 | 180 | 6,38 | 10,9 | 41 | 292 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 11,64 | 200. | 0,4 | 0,08 | 29,85 | 122 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 3,12 | 60 | 4,5 | 0,9 | 25,8 | 126 |
| ИТОГО | 72 | | 26,09 | 34,6 | 124,57 | 918 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ | 12,43 | 60 | 6,94 | 5,84 | 23,64 | 176 |
| КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА | 14,44 | 200 | 0,57 | 0 | 34,41 | 136 |
| БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ | 13,13 | 57 | 0,86 | 0,03 | 11,97 | 55 |
| ИТОГО | 40 | | 8,37 | 5,87 | 70,02 | 367 |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ТИМОФЕЕВА Л.М.
ЕГОРОВА И.И.