

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МАОУ СОШ № 1
НИКОЛАЕВА Т.Л.

МЕНЮ НА 24 ЯНВАРЯ 2024 ГОДА

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет. ценн.,ккал. |
|--|-----------|------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------|
| ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ) | | | | | | |
| КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ | 15,04 | 245/7 | 12,18 | 15,38 | 36,65 | 335 |
| ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ | 6,4 | 200 | 0,34 | 0,02 | 24,53 | 95 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 3,56 | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,3 | 119 |
| ИТОГО | 25 | | 16,32 | 15,8 | 85,48 | 549 |
| ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ) | | | | | | |
| КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ | 19,33 | 285/7 | 14,16 | 17,89 | 42,63 | 388 |
| ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ | 6,4 | 200 | 0,34 | 0,02 | 24,53 | 95 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 4,27 | 60. | 4,56 | 0,48 | 29,16 | 142 |
| ИТОГО | 30 | | 19,06 | 18,39 | 96,32 | 625 |
| ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ) | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 5 | 81 | 1,05 | 7,61 | 8,26 | 103 |
| ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНС | 15,8 | 250/12,5/5 | 6,04 | 6,07 | 8,3 | 112 |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ | 24,26 | 100(60/40) | 10,93 | 10,04 | 13,17 | 186 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 14,21 | 150. | 3,7 | 6,7 | 22,9 | 167 |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 5,61 | 200 | 0,14 | 0,02 | 24,43 | 96 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 3,12 | 60 | 4,5 | 0,9 | 25,8 | 126 |
| ИТОГО | 68 | | 26,36 | 31,34 | 102,86 | 790 |
| ОБЕД (С 12 ЛЕТ) | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 6,16 | 100 | 1,3 | 9,4 | 10,2 | 127 |
| ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНС | 15,8 | 250/12,5/5 | 6,04 | 6,07 | 8,3 | 112 |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ | 24,26 | 100(60/40) | 10,93 | 10,04 | 13,17 | 186 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 17,05 | 180. | 4,4 | 7,4 | 26,41 | 185 |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 5,61 | 200 | 0,14 | 0,02 | 24,43 | 96 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 3,12 | 60 | 4,5 | 0,9 | 25,8 | 126 |
| ИТОГО | 72 | | 27,31 | 33,83 | 108,31 | 832 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ | 9,46 | 75 | 4,62 | 2,38 | 28,08 | 235 |
| КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА | 14,44 | 200 | 0,57 | 0 | 34,41 | 136 |
| БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ | 16,1 | 64 | 0,96 | 0,03 | 13,44 | 61 |
| ИТОГО | 40 | | 6,15 | 2,41 | 75,93 | 432 |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ТИМОФЕЕВА Л.М.
ЕГОРОВА И. И.