



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»

МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МАОУ СОШ № 1

НИКОЛАЕВА Т.Л.

МЕНЮ НА 19 МАРТА 2024 ГОДА

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет. ценн.,ккал. |
|---|-----------|------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------|
| ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ) | | | | | | |
| СЫР ПОРЦИЯМИ | 6,85 | 10 | 2,45 | 2,85 | 0 | 36 |
| КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ | 12,49 | 235/5 | 13,41 | 12,12 | 30,81 | 286 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 2,1 | 200. | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 3,56 | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,3 | 119 |
| ИТОГО | 25 | | 19,86 | 15,42 | 70,12 | 498 |
| ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ) | | | | | | |
| СЫР ПОРЦИЯМИ | 6,85 | 10 | 2,45 | 2,85 | 0 | 36 |
| КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ | 16,78 | 285/5 | 16,27 | 14,7 | 37,37 | 348 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 2,1 | 200. | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 4,27 | 60. | 4,56 | 0,48 | 29,16 | 142 |
| ИТОГО | 30 | | 23,48 | 18,08 | 81,54 | 583 |
| ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ) | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 11,77 | 60. | 0,96 | 3,04 | 5 | 52 |
| БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАН | 14,01 | 250/5/5 | 3,95 | 6,86 | 13,29 | 127 |
| ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ | 27,51 | 90(50/40) | 11,5 | 13,7 | 10,3 | 206 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 5,87 | 150 | 4,61 | 5,53 | 22,63 | 161 |
| НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | 5,72 | 200 | 0,2 | 0,04 | 25,73 | 100 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 3,12 | 60 | 4,5 | 0,9 | 25,8 | 126 |
| ИТОГО | 68 | | 25,72 | 30,07 | 102,75 | 772 |
| ОБЕД (С 12 ЛЕТ) | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 13,72 | 100 | 1,6 | 5,07 | 8,33 | 87 |
| БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАН | 14,01 | 250/5/5 | 3,95 | 6,86 | 13,29 | 127 |
| ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ | 28,38 | 100(50/50) | 12,4 | 15,22 | 12 | 234 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 7,05 | 180 | 5,53 | 6,64 | 27,16 | 193 |
| НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | 5,72 | 200 | 0,2 | 0,04 | 25,73 | 100 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 3,12 | 60 | 4,5 | 0,9 | 25,8 | 126 |
| ИТОГО | 72 | | 28,18 | 34,73 | 112,31 | 867 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ | 12,76 | 60 | 6,94 | 5,84 | 23,64 | 176 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 12,68 | 200 | 0,44 | 0 | 28,88 | 116 |
| ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ | 14,56 | 107 | 0,43 | 0,43 | 10,49 | 48 |
| ИТОГО | 40 | | 7,81 | 6,27 | 63,01 | 340 |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ


ТИМОФЕЕВА Л.М.
ЕГОРОВА И.И.