

Утверждаю:  И.О. Директора школы
И.И. Кузнецова

меню школьника на 16 мая 2024 года

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ				Выход гр.	Наименование блюда	Стоимость питания
белки	жиры	углеводы	кКал			

Завтрак

5 - 9 класс

5,58	6,12	19,73	156	200,5	каша пшениная молочная	10,74
4,26	6,86	6,48	105	30	бутерброд с сыром	9,58
2,79	3,19	19,71	119	200	напиток кофейный	8,50
12,63	16,17	45,92	380		Итого	28,82

Обед

2,22	11,02	3,4	122	100	салат из белокочанной капусты с огурцами и помидорами	12,18
4,44	4,5	25,14	106	250	свекольник	16,53
19,42	15,98	49,08	418	310	рулет из говядины с яйцом, макароны отварные, соус томатный	55,53
2,28	0,24	14,58	71	60	хлеб пшеничный	1,84
0,12	0	12,04	49	200	чай	1,90
28,48	31,74	104,24	1074,00		Итого	87,98

Полдник

29,22	12,11	29,1	342	141	запеканка из творога	48,81
0,12	0	12,04	49	200	чай	1,90
29,34	12,11	41,14	391		Итого	50,71

Итого за день

167,51

Зав. производством

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ				Выход гр.	Наименование блюда	Стоимость питания
белки	жиры	углеводы	кКал			

Завтрак

3 - 4 класс

5,58	6,12	19,73	156	200,5	каша пшениная молочная	10,74
4,26	6,86	6,48	105	30	бутерброд с сыром	9,58
2,79	3,19	19,71	119	200	напиток кофейный	8,50
12,63	16,17	45,92	380		Итого	28,82

Обед

2,22	11,02	3,40	122	100	салат из белокочанной капусты с огурцами и помидорами	12,18
4,44	4,50	25,14	106	250	свекольник	16,53
19,42	15,98	49,08	418	270	рулет из говядины с яйцом, макароны отварные, соус томатный	49,81
2,28	0,24	14,58	71	30	хлеб пшеничный	1,84
0,12	0,00	12,04	49	200	чай	1,90
28,48	31,74	104,24	766		Итого	82,26

Полдник

				60		
2,00	0,20	5,80		36	200	

2 0,2 38,65 36

Итого за день

111,08

11,82

 Анфалова Е.А.