

Утверждаю:

Директор МОУ СОШ им Н.Г. Зырина р.п. Измайлово

_____ В.Т. Жидкова

МЕНЮ на 13.09.2023

Завтрак (1-4 класс)

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белк и	Жиры	Углеводы
	каша манная	200	20,00	257,63	7,12	11,68	31,06
	кисель	200	6,00	73,23	0,003	0,002	18,62
	хлеб пшеничный	60	7,00	133,2	5	0,5	29,5
	булочка творожная	60	15,00	194,89	6,69	5,77	29
	сыр	10	5,00	36,4	2,32	2,95	0
			53,00				
	Обед (1-4 класс)						
	салат из свеклы с сыром	60	10,00	68,27	1,99	4,53	4,95
	щи	200	25,00	71,8	1,4	3,96	6,3
	птица порционная	90	20,00	168,97	13,89	12,37	1,38
	гороховое пюре	150	10,00	250,46	17,26	2,85	38,12
	хлеб ржано-пшеничный	70	4,00	126,7	1,85	0,36	23,9

	чай	200	5,00	58,58	0,24	0,06	15,22
		74,00					

Завтрак (5-11 класс)

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	каша манная	250	25,00	322,03	8,9	14,6	38,8
	молоко	300	24,00	150	8,7	7,5	12
	хлеб пшеничный	80	8,00	177,6	6,08	0,64	39,36
	булочка творожная	60	15,00	194,89	6,69	5,77	29
	сыр	10	5,00	36,4	2,32	2,95	0
			77,00				
	Обед (5-11 класс)						
	салат из свеклы с сыром	100	15,00	113,78	1,81	7,55	8,25
	щи	250	30,00	89,7	1,76	4,95	7,9
	птица порционная	100	25,00	187,74	15,43	13,74	1,53
	гороховое пюре	180	10,00	355	20,71	3,43	45,74
	хлеб ржано-пшеничный	70	4,00	126,7	1,84	0,33	23,9
	чай	200	5,00	58,58	0,24	0,06	15,22
			93,00				

Заведующая столовой _____ Е.В. Панкова