

Председатель совета родителей

С.В. Никулина
С.В. Никулина

« 31 » августа 2023 г.



Меню школьных завтраков для обучающихся 5-9 классов двенадцатидневное
Первая неделя

Меню	Выход в гр.	Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У(г) Эн. цен. (ккал)				Цена/руб.
		Б	Ж	У	Эн.цен.	
Понедельник						
Картофель отварной с маслом и зеленью	180	3,96	4,68	30,78	181,62	18,10
Гуляш	110	18,8	7,1	3,8	154,2	36,80
Чай с лимоном и мятой	200	0,2	0,1	9,9	23,8	8,70
Хлеб пшеничный	50	3,55	0,35	22,1	120	3,00
						66,60
Вторник						
Рыба запеченная под сырно-овощной шапкой	100/50	21,9	17,5	6,9	272,6	64,10
Рис отварной с маслом	180	3,96	5,94	38,7	223,74	12,40
Чай с сахаром	200	0,1	0	5,5	22,4	2,20
Хлеб пшеничный	50	3,55	0,35	22,1	120	3,00
						81,70
Среда						
Суп куриный с вермишелью	250	6	9,5	11,25	154,5	19,40
Булочка ванильная	60	8,81	4,45	35,0	215,2	18,20
Компот (черная смородина)	200	0,2	0	22,8	93	25,00
Хлеб пшеничный	50	3,55	0,35	22,1	120	3,00
						65,60
Четверг						
Котлета «Пожарская»	75	10,68	11,72	5,74	176,75	45,00
Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,74	4,86	48,24	268,38	9,00
Чай с лимоном и мятой	200	0,2	0,1	9,9	23,8	8,70
Хлеб пшеничный	50	3,55	0,35	22,1	120	3,00
						65,70
Пятница						
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	8,64	6,12	40,68	252,36	20,30
Бефстроганов	110	18,5	8,9	5,4	175,8	41,40
Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0	11	45,6	8,10
Хлеб пшеничный	50	3,55	0,35	22,1	120	3,00
						72,80
Суббота						
Жаркое по домашнему	220	22,54	17,33	22,13	334,08	42,60
Булочка домашняя	60	8,81	4,45	35,0	215,2	18,20
Компот фруктово-ягодный (клубника)	200	0,2	0	16,7	67,72	14,40
Хлеб пшеничный	50	3,55	0,35	22,1	120	3,00
						78,20

