



"Утверждаю"
 Директор МАОУ
 "Средняя школа
 Козырь И. Н.
 5



День 9



меню школьника

наименование блюд для 5-11 классов

Завтрак	выход, г	цена, руб.	ккал	ккал
Яйцо отварное	40	12,00	62,8	
Сыр	15	15,68	54,6	
Каша молочная рисовая	200/5/5	26,79	264,14	
Масло сливочное	10	14,57	66,09	
Хлеб пшеничный	40,4	5,06	95,39	
Чай с сахаром и лимоном	200/11/7	2,90	47,79	
итого завтрак	533,4	77,00	590,81	0

Обед	выход, г	цена, руб.	ккал	ккал
Салат из свёклы с зел/горошк.	100	16,82	116,58	
Борщ с карт, сметаной и курицей	16/250/11	27,14	172,81	
Гуляш из говядины	100	60,21	203,84	
Макаронные отварные с маслом	180/5	16,29	276,41	
Хлеб пшеничный	40,2	5,04	94,92	
Хлеб ржано- пшеничный	30	3,30	61,1	
Сок	202	29,20	92,92	
итого обед	1063,31	158	1018,58	0

Калькулятор _____

Шеф.повар _____