

приятного аппетита!

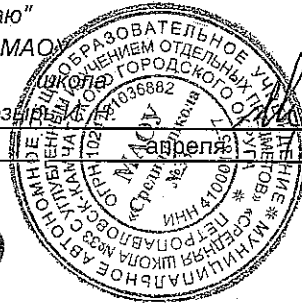
"Утверждаю"

Директор МАОУ

"Средняя

Козьмодемьян

7



№ 33"

2026 г.

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	18,76	54,6	
Каша молочная рисовая		200/5/5	29,60	264,14	
Масло сливочное		10	14,80	66,09	
Хлеб пшеничный		40,1	7,47	94,71	
Чай с сахаром и лимоном		200/11/7	4,18	47,79	
Яблоко		100	25,19	47,03	
итого завтрак		633,1	112,00	637,16	0

Обед		выход, г	цена, руб.	ккал	ккал
Салат из свёклы с зел/горошк.		100	24,49	116,58	
Борщ с куриц. картоф., сметаной и		15/250/8	31,41	172,81	
Бифштекс рубленый		100	80,00	245,95	
Соус сметанно-томатный		30	13,33	21,68	
Макароньы отварные с маслом		180/5	16,66	276,41	
Хлеб пшеничный		39	7,26	92,09	
Хлеб ржано- пшеничный		30,6	4,94	62,42	
Компот из сухофруктов		200	5,63	86,9	
Груши		115	36,28	52,9	
итого обед		1072,6	220	1127,74	0

Калькулятор _____

Шеф.повар _____