



"Утверждаю"

Директор МАОУ

"Средняя школа

И.Н.Козырь

№ 33"

15

сентября

2025 г.

День 19



меню школьника

наименование блюд

для 5–11 классов

Завтрак			
	выход, г	цена, руб.	ккал
Сыр	15	15,88	54,6
Яйцо варёное	40	12	62,8
Масло сливочное	10	14,5	66,09
Хлеб пшеничный	40,7	5,1	96,1
Каша молочная гречневая	200/5/5	25,06	269,54
Чай с сахаром и лимоном	200/11/7	2,9	47,79
Груша	70	12,56	32,2
итого завтрак	603,7	88	629,12

Обед			
	выход, г	цена, руб.	ккал
Салат витаминный	100	19,74	85
Борщ с фасолью, говядиной, сметаной	10/250/10	31,42	180,73
Куриное филе в сырном соусе	93	71,3	173,66
Макароны отварные	180	11,95	243,36
Хлеб пшеничный	40,5	5,08	95,63
Хлеб ржано-пшеничный	31,4	3,46	63,95
Компот из вишни	200	15,63	54,73
Яблоко	120	16,42	56,44
итого обед	1034,9	175	953,5

Полдник					
	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	ккал
итого полдник		0	0	0	0

Калькулятор _____
Шеф-повар _____