



"Утверждаю"

Директор МАОУ

"Средняя школа

Дубинца И. П.

15

ОКТАБРЯ

№ 33"

2025 г.



# День 1



# меню школьника

наименование блюд

для 5-11 классов

<b>Завтрак</b>		выход, г	цена, руб.	ккал		
Хлеб пшеничный с маслом		40/10	19,65	160,54		
Каша молочная "Геркулес" с ягод.		200/5/5	33,84	276,34		
Яйцо варёное		40	12,00	62,8		
Сыр		15	15,58	54,6		
Яблоко		80	11,03	37,62		
Чай с сахаром и лимоном		200/1/7	2,90	47,79		
<b>итого завтрак</b>		<b>613</b>	<b>95,00</b>	<b>639,69</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

<b>Обед</b>		выход, г	цена, руб.	ккал		
Винегрет с сельдью		100	31,16	147,77		
Суп овощной с курицей и сметаной		15/250/10	23,01	142,83		
Бефстроганов из говядины		100	76,21	201,3		
Хлеб пшеничный		40,7	5,10	96,1		
Хлеб ржано-пшеничный		30,9	3,41	62,93		
Каша гречневая с маслом		180/5	14,20	225,24		
Компот из сухофруктов		200/11	5,46	86,9		
Яблоко		84	11,45	39,51		
<b>итого обед</b>		<b>1026,6</b>	<b>170</b>	<b>1002,58</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

<b>Полдник</b>		выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	ккал
<b>итого полдник</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Калькулятор \_\_\_\_\_

Шеф.повар \_\_\_\_\_