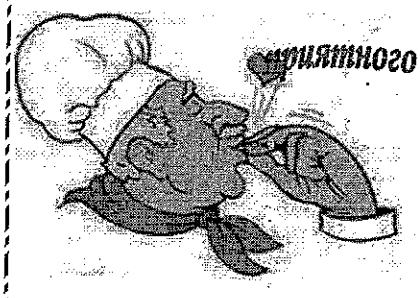

"Утверждаю"
Директор МАОУ "Средняя школа № 33"
Козырь И.Н.
25 декабря 2025 г.

День 19

меню школьника

наименование блюд **для 5–11 классов**

Завтрак	выход, г	цена, руб.	ккал		
Сыр	15	15,58	54,6		
Яйцо варёное	40	12	62,8		
Масло сливочное	10	14,5	66,09		
Хлеб пшеничный	40,6	5,09	95,87		
Каша молочная гречневая	200/5/5	26,1	269,54		
Чай с сахаром и лимоном	200/11/7	2,90	2,9		
Яблоки	100	13,83	47,03		
итого завтрак	**633,6**	**90**	**598,83**		0

Обед	выход, г	цена, руб.	ккал		
Салат из цв.капусты и свежих овощ.	100	44,03	85		
Борщ с фасолью,говядиной,сметаной	10/250/10	36,27	180,73		
Куриное филе в сырном соусе	105	85,06	196,05		
Макароны отварные	180	9,04	243,36		
Хлеб пшеничный	41,2	5,17	97,28		
Хлеб ржано- пшеничный	30	3,31	61,1		
Компот из вишни	200	15,36	54,73		
Груши	122	21,76	56,12		
итого обед	**1048,2**	**220**	**974,37**	0	0

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

Калькулятор
Шеф.повар