



"Утверждаю"

Директор МАОУ

"Средняя школа

Козырь И.Н.

1

октября

№ 33"

2024 г.



День 9



меню школьника

наименование блюд

для 5–11 классов

Завтрак	выход, г	цена, руб.	ккал	ккал
Яйцо варёное	40	9,00	62,8	
Сыр	15	14,15	54,6	
Каша молочная рисовая	200/5/5	23,50	264,14	
Масло сливочное	10	9,70	66,09	
Хлеб пшеничный	39,9	5,84	94,21	
Чай с сахаром и лимоном	200/11/7	3,30	47,79	
Яблоко	100	15,51	47,03	
итого завтрак	632,9	81,00	636,66	0

Обед	выход, г	цена, руб.	ккал	ккал
Салат из свёклы с зел/горошк.	100	15,71	116,58	
Борщ с карт, сметаной и курицей	14/250/10	23,36	172,81	
Бифштекс рубленый	100	61,03	245,95	
Соус сметанно-томатный	30	6,86	21,68	
Макароны отварные с маслом	180/5	15,98	276,41	
Хлеб пшеничный	31	4,53	73,2	
Хлеб ржано-пшеничный	59,8	7,30	121,78	
Компот из вишни	200	9,72	54,73	
Яблоко	100	15,51	15,36	
итого обед	1079,8	160	1098,5	0

Калькулятор _____

Шеф-повар _____