



"Утверждаю"

Директор МАОУ

"Средняя школа

Козырь И. Н.

3

№ 33"

3 октября

2024 г.



День 11



меню школьника

наименование блюд

для 5–11 классов

Завтрак	выход, г	цена, руб.	ккал
Сыр	15	14,15	54,6
Масло сливочное	10	9,70	66,09
Яйцо варёное	40	9,00	62,8
Каша молочная пшеничная с ягодой	200/5/5/9	27,90	251,44
Хлеб пшеничный	39,4	5,76	93,03
Чай с сахаром и лимоном	200/11/7	3,30	47,79
Яблоко	105	16,19	49,38
итого завтрак	656,6	86,00	625,13

Обед	выход, г	цена, руб.	ккал
Сельдь с картофелем	110	19,79	186,92
Борщ с курицей и сметаной	14/250/9	22,86	172,81
Гуляш из говядины	100	48,20	203,84
Каша гречневая с маслом	180/5	11,09	225,24
Хлеб пшеничный	30,8	4,51	72,73
Хлеб ржано- пшеничный	59,4	7,26	120,97
Компот из сухофруктов	200	4,99	86,9
Яблоко	106	16,30	49,85
итого обед	1067	135	1119,26

Калькулятор _____

Шеф.повар _____