



"Утверждаю"

Директор МАОУ

"Средняя школа
Козырь И.Н.

№ 33"

3

декабря

2024 г.

День 9



меню школьника

наименование блюд

для 5-11 классов

Завтрак		выход, г	цена, руб.	ккал	ккал
Яйцо отварное		40	17,00	62,8	
Сыр		15	14,15	54,6	
Каша молочная рисовая		200/5/5	23,96	264,14	
Масло сливочное		10	9,70	66,09	
Хлеб пшеничный		41	5,99	96,58	
Чай с сахаром и лимоном		200/11/7	3,30	47,79	
Яблоко		110	16,90	70,55	
итого завтрак		632,9	91,00	662,55	0

Обед		выход, г	цена, руб.	ккал	ккал
Салат из свёклы с зел/горошк.		100	15,40	116,58	
Борщ с карт, сметаной и курицей		15/250/10	23,80	172,81	
Бифштекс рубленый		100	61,97	245,95	
Соус сметанно-томатный		30	6,86	21,68	
Макароны отварные с маслом		180/5	11,13	276,41	
Хлеб пшеничный		40,8	5,84	73,2	
Хлеб ржано-пшеничный		39,29	5,96	121,78	
Компот из вишни		200	10,40	54,73	
Груша		130	27,64	15,36	
итого обед		1079,8	169	1098,5	0

Калькулятор _____

Шеф-повар _____