



№ 33"  
ноября 6 2024 г.

## День 9



# меню школьника

наименование блюд для 5–11 классов !

<b>Завтрак</b>	выход, г	цена, руб.	ккал	ккал
Сыр	15	14,24	54,6	
Каша молочная рисовая	200/5/5	23,29	264,14	
Масло сливочное	10	9,70	66,09	
Хлеб пшеничный	40,9	5,97	96,58	
Чай с сахаром и лимоном	200/11/7	3,30	47,79	
Яблоко	150	23,50	70,55	
<b>итого завтрак</b>	<b>632,9</b>	<b>80,00</b>	<b>599,75</b>	<b>0</b>

<b>Обед</b>	выход, г	цена, руб.	ккал	ккал
Салат из свёклы с зел/горошк.	100	15,75	116,58	
Борщ с карт, сметаной и курицей	15/250/10	23,91	172,81	
Бифштекс рубленый	100	62,11	245,95	
Соус сметанно-томатный	30	6,86	21,68	
Макароны отварные с маслом	180/5	16,06	276,41	
Хлеб пшеничный	40,8	5,96	73,2	
Хлеб ржано- пшеничный	39,29	4,80	121,78	
Компот из вишни	200	10,01	54,73	
Груша	100	21,54	15,36	
<b>итого обед</b>	<b>1079,8</b>	<b>167</b>	<b>1098,5</b>	<b>0 0</b>

Калькулятор \_\_\_\_\_

Шеф.повар \_\_\_\_\_