



"Утверждаю"
 Директор МАОУ
 "Средняя школа"
 Козырь И. Н.
 12



День 16



меню школьника

наименование блюд для 5–11 классов

Завтрак			
	выход, г	цена, руб.	ккал
Сыр	15	14,15	54,6
Яйцо варёное	40	9,00	62,8
Масло сливочное	10	9,70	66,09
Хлеб пшеничный	39,2	5,73	92,56
Каша молочная рисовая	200/5/5	22,45	264,14
Чай ягодный	200/11	5,45	48,63
Яблоки	100	15,52	47,03
итого завтрак	627,7	82,00	635,85

Обед			
	выход, г	цена, руб.	ккал
Салат из свежих помидор и перца	100	45,32	82,73
Суп овощной с курицей и сметаной	14/250/8	22,33	142,83
Поджарка из говядина	100	68,14	223,37
Картофель запечённый	180	14,26	247,48
Хлеб пшеничный	30,2	4,42	71,31
Хлеб ржано-пшеничный	59,9	7,31	121,99
Компот из кураги	200	8,81	78,69
Яблоки	100	15,41	47,03
итого обед	1042,1	186	1015,43

Калькулятор _____
 Шеф-повар _____