



"Утверждаю"

Директор МАОУ

"Средняя

школа

17

апреля

№ 33"

2025 г.

День 9



меню школьника

наименование блюд

для 5–11 классов

Завтрак

	выход, г	цена, руб.	ккал	ккал
Яйцо отварное	40	16,00	62,8	
Сыр	15	17,89	54,6	
Каша молочная рисовая	200/5/5	26,54	264,14	
Масло сливочное	10	13,70	66,09	
Хлеб пшеничный	39,2	4,92	92,56	
Чай с сахаром и лимоном	200/11/7	2,83	47,79	
Яблоко	103	14,12	48,44	
итого завтрак	635,2	96,00	636,42	0

Обед

	выход, г	цена, руб.	ккал	ккал
Салат из свёклы с зел/горошк.	100	17,45	116,58	
Борщ с карт, сметаной и курицей	15/250/10	26,19	172,81	
Бифштекс рубленый	100	60,00	245,95	
Соус сметанно-томатный	30	13,25	21,68	
Макароны отварные с маслом	180/5	15,89	276,41	
Хлеб пшеничный	41	5,14	96,81	
Хлеб ржано- пшеничный	30,5	3,37	62,11	
Компот из вишни	200	14,94	54,73	
Груша	105	18,77	48,3	
итого обед	1066,5	175	1095,38	0

Калькулятор

Шеф.повар