



приятного аппетита!

"Утверждаю"

Директор МАОУ

"Средняя школа

И.Н.Козырь

17



День 19



меню школьника

наименование блюд

для 5-11 классов

Завтрак

	выход, г	цена, руб.	ккал		
Сыр	15	14,15	54,6		
Яйцо варёное	40	17	62,8		
Масло сливочное	10	9,7	66,09		
Хлеб пшеничный	40,2	5,88	94,92		
Каша молочная гречневая	200/5/5	21,78	269,54		
Чай с сахаром и лимоном	200/11/3	2,43	47,79		
Яблоко	110	17,06	51,73		
итого завтрак	639,21	88	647,47	0	0

Обед

	выход, г	цена, руб.	ккал		
Салат из капусты, помидор, зелени	100	46,78	99,22		
Борщ с фасолью, говядиной, сметаной	10/250/10	26,98	180,73		
Куриное филе в сырном соусе	100	74,54	186,71		
Макароны отварные	180	11,13	243,36		
Хлеб пшеничный	40	5,86	94,45		
Хлеб ржано-пшеничный	40	4,87	81,46		
Компот из вишни	200	11,19	54,73		
Груша	110	23,65	50,6		
итого обед	1040	205	991,26	0	0

Полдник

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	ккал
итого полдник		0	0	0	0

Калькулятор

Шеф-повар