



"Утверждаю"  
Директор МАОУ  
"Средняя школа №33"

№ 33"



сентября

2024 г.

# День 1



# меню школьника

наименование блюд

для 5–11 классов

Завтрак	выход, г	цена, руб.	ккал		
Масло сливочное	10	9,70	66,09		
Яйцо варёное	40	9,00	62,8		
Каша молочная геркулес с брусникой	200/5/5/10	27,79	311,18		
Хлеб пшеничный	39,1	5,72	92,32		
Чай с сахаром илимоном	200/11/7	3,27	47,79		
Яблоко	106	16,37	49,85		
Сыр	15	14,15	54,6		
<b>итого завтрак</b>	<b>648,1</b>	<b>86,00</b>	<b>684,63</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Обед	выход, г	цена, руб.	ккал		
Винегрет с сельдью	100	23,69	147,77		
Суп овощной с курицей и сметаной	14/250/10	20,16	142,83		
Бефстроганов из говядины	100	56,91	201,3		
Каша гречневая с маслом	180/5	11,09	225,24		
Хлеб пшеничный	30,8	4,51	72,73		
Хлеб ржано- пшеничный	59,1	7,21	120,36		
Компот из сухофруктов	200	4,99	86,9		
Груша	129	27,44	59,34		
<b>итого обед</b>	<b>1077,9</b>	<b>156</b>	<b>1056,47</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Полдник	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	ккал
<b>итого полдник</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Шеф.повар \_\_\_\_\_