



"Утверждаю"  
Директор МАОУ  
"Средняя школа" № 33"  
И.Н. Козырь  
28 января 2025 г.

День 19



# меню школьника

наименование блюд для 5–11 классов

## Завтрак

	выход, г	цена, руб.	ккал
Сыр	15	17,89	54,6
Яйцо варёное	40	16	62,8
Масло сливочное	10	13,7	66,1
Хлеб пшеничный	40,38	5,06	94,89
Каша молочная гречневая	200/5/5	26,69	269,54
Чай с сахаром и лимоном	200	2,83	47,79
Яблоко	105	14,83	49,35
<b>итого завтрак</b>	<b>620,38</b>	<b>97,00</b>	<b>645,07</b>

## Обед

	выход, г	цена, руб.	ккал
Салат из цв капусты, помидор, зелени	100	40,34	99,22
Борщ с фасолью, говядиной, сметаной	10/250/10	29,82	180,73
Куриное филе в сырном соусе	100	80,19	207,46
Макароны отварные	180	11,13	243,36
Хлеб пшеничный	30	3,78	70,05
Хлеб ржано-пшеничный	58,62	6,45	116,07
Компот из вишни	200	15,04	54,29
Груша	100	18,25	47
<b>итого обед</b>	<b>1039</b>	<b>205</b>	<b>1018,18</b>

Калькулятор  
Шеф-повар