



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

День 1



меню школьника

наименование блюд для 5–11 классов

Завтрак				
	выход, г	цена, руб.	ккал	
Сыр	15	17,89	54,6	
Масло сливочное	10	13,70	66,09	
Яйцо варёное	40	16,00	62,8	
Чай с сахаром и лимоном	200/11/7	2,82	47,79	
Яблоко	125	17,17	122,28	
Каша молочная из овс хлопьев "Геркулес"	200/5/5/10	31,55	276,34	
Хлеб пшеничный	38,96	4,87	94,45	
итого завтрак	666,96	104,00	669,75	0
Обед				
	выход, г	цена, руб.	ккал	
Винегрет с сельдью	100	24,57	147,77	
Суп из овощей со сметаной и курице	250/19/10	25,37	142,83	
Бефстроганов из говядины	100	78,21	201,3	
Каша гречн рассыпчатая	180/5	13,09	192,19	
Компот из сухофруктов	200/11	4,97	86,9	
хлеб пшеничный	39,57	4,96	94,45	
Хлеб ржано-пшеничный	41	4,52	83,5	
Груша	120	21,31	55,2	
итого обед	1076	177	1004,14	0

Калькулятор
Шеф.повар