

Утверждено:  
 Директор МКОУ Вольненской СОШ № 5  
 П.И. Давыдов



МЕНЮ

на 1 ноября 2024 г.  
 по МКОУ Вольненской СОШ № 5

Наименование блюда	Выход (г)		Стоимость	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	7-11 лет	11 старше					
<b>Завтрак</b>							
Рассольник с тушеной	150	500	15,30/17,190	135	6,55	14,56	
Творог с сахаром	200	250	10,85/10,5	21,17	6,97	6,11	10,22
Соус сметанный	55	50	10,11/12	18,61	9,24	8,84	1,59
Каша гречневая	100	100	40,30/40,30	24,00	9,84	13,14	1,60
Чай с сахаром	300	200	7,01/4,40	53,15	-	-	1,18
Хлеб пшеничный	75	100	5,08/1,55	49,00	4,56	9,18	27,52
Джем фруктовый	40	50	5,39/5,05	14,80	5,10	1,94	1,50
Вафельные	40	50	3,40/10,20				
			99,12	105,30			
<b>Обед</b>							
Мясной суп с картофелем	200	250	18,27/18,25	17,33	6,87	6,67	15,00
Чай с сахаром	400	200	4,10/4,10	53,15	-	-	1,18
Хлеб пшеничный	75	100	5,08/1,55	49,00	4,56	9,18	27,52
Джем фруктовый	50	50	11,00/11,00				

Итого: 41,95 / 47,13  
 Повар: С.П.С. Е.И. Давыдова

