

Утверждено:
 Директор МКОУ Большевичевской СОШ № 5
 П.И. Лазарева

МЕНЮ
 на 7 сентября в 2023 г.
 по МКОУ Большевичевской СОШ № 5

Наименование блюда	Выход (г)		Стоимость	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	7	11					
Завтрак							
Салат из кукурузы	60	60	15,10/19,00	233	3,71	1,32	67,88
Суп с рыбными консервами	100	300	19,75/60,16	133,80	6,58	6,78	1,18
Вареная гречка	200	250	7,55/17,14	281,28	5,74	6,70	13,00
Сыр с красной икрой	35	35	1,03/1,12	13,65	0,24	0,54	1,59
Блины с маслом и сиром	80	80	19,42/22,34	195,20	8,74	2,70	18,98
Каша с яблоком и сахаром	300	300	3,40/13,90	109,27	5,60	6,10	16,13
Чай с сахаром	75	100	5,66/14,31	29,00	1,56	0,11	19,52
Хлеб пшеничный	40	60	5,39/15,09	112,70	5,10	5,93	11,10
Варенье	40	50	9,00/10,25				
Обед							
Итого: 92,3/102,39							
Каша пшеничная с яблоком	100	250	8,61/16,65	107,33	6,62	6,67	30,00
Чай с сахаром	200	200	1,30/6,50	52,13	-	-	19,19
Хлеб пшеничный	45	100	5,66/14,31	29,00	1,56	1,11	29,52
Хлеб пшеничный	40	60	5,39/15,09	112,70	5,10	5,93	11,10
Бульон с овощами	10	10	7,10/10,20	67,30	5,36	4,66	10,50

Итого: 34,10 / 41,86
 Повар: П.И. Лазарева

