



Утверждено: \_\_\_\_\_  
 Директор МКОУ Бальнеологической СОШ № 5 \_\_\_\_\_  
 П.И. Лазарев

МЕНЮ  
 на 10 сентября 2024 г.  
 по МКОУ Бальнеологической СОШ № 5

Наименование блюда	Выход (г)		Стоимость	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	7-11 лет	11 лет и старше					
<b>Завтрак</b>							
Салат из овощей консервированный	80	100	1300	109,9	9,1	4,1	2,5
Мяс с тушеной капустой	250	300	885	84,91	4,8	4,80	6,84
Макаронки с мясом	300	250	879	12,35	6,91	6,11	30,1
Соус красный	35	50	110	11,2	13,61	9,84	4,39
Мешочек картофельный	80	80	520	20,73	0,0	60	11,50
Макао из сухих макарон	200	200	450	4,70	119,31	5,60	6,40
Рис шлифованный	95	100	568	4,38	0,900	4,56	0,48
Рис пропаренный	40	60	339	3,03	12,10	10,12	2,2
Банан	60	130	118	6,34			
<b>Обед</b>							
Каша манная молочная	100	230	313	81,34	2,2	24	10,45
Чай с сахаром	300	200	70	1,40	58,13	-	14,9
Квас минеральный	85	100	58	14,9	0,900	7,5	4,8
Вареники мясные	35	35	190	6,00			

Итого: \_\_\_\_\_  
 Подпись: Дух Е.Н. Лазарев