



Утверждаю:
 Директор МКОУ Большевикинской СОШ № 5
 П.И. Лазарев



МЕНЮ
 на 24 сентября 2024 г.
 по МКОУ Большевикинской СОШ № 5

Наименование блюда	Выход (г)		Стоимость	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	7	11 и старше					
Завтрак							
Салат из свёклы и капусты	80	100	4-20/4-56	66,26	1,42	0,9	5,34
Суп гороховый с тушенкой	250	300	12-35/12-73	156,00	4,99	10,59	39,41
Яйцо из яиц	250	280	38-50/39-75	337,00	23,00	11,25	58,44
Чай с сахаром	200	200	5-20/5-20	58,15	-	-	14,19
Хлеб пшеничный	75	100	5-68/4-58	129,00	4,56	0,48	29,52
Хлеб ржаной	40	60	5-39/5-09	44,30	5,10	1,98	25,50
Молоко	120	130	19-50/11-00				
Обед							
98-82/105-91							
Каша пшеничная молочная	200	230	19-40/10-70	224,29	6,74	10,40	25,79
Сок	200	200	27-00/14-00	150,00	0,40	-	56,40
Хлеб пшеничный	75	100	5-68/4-58	129,00	4,56	0,48	29,52
Конфеты шоколадные	40	50	18-28/12-85				

Итого: 70-36 / 77-13
 Повар: Е.Н. Дубравина