

Утверждено:
 Директор МКОУ Большеинчиклинской СОШ № 5
 П.И. Лазарев

МЕНЮ
 на 25 октября 2024 г.
 по МКОУ Большеинчиклинской СОШ № 5

Наименование блюда	Выход (г)		Стоимость	Калорийность	Без соли	Жиры	Углеводы
	7-11 лет	11-18 лет					
Завтрак							
Салат из вареной капусты	100	100	65,65	66,16	1,92	9,9	5,24
Суп с рыбными консервами	300	300	55,75	55,80	1,83	6,88	6,22
Дерюжка с маслом	200	200	55,00	6,20	36,13	5,31	6,70
Сыр с маслом	35	35	120	1,20	13,41	0,24	1,33
Толучит молоко	100	100	50,00	50,00	1,00	0,60	1,10
Чай с сахаром	200	200	5,10	5,10	0,15	-	0,12
Хлеб пшеничный	95	100	5,63	5,68	0,00	0,56	0,11
Виб. ржаной	40	60	3,19	5,70	0,20	5,10	1,99
Йогурт	95	95	39,98	39,98	-	-	0,50
Обед							
Каша гречневая с маслом	250	250	19,20	19,20	0,71	6,87	6,67
Салат	200	200	25,00	24,00	0,70	0,00	0,00
Хлеб пшеничный	95	100	5,63	5,68	0,00	0,56	0,11
Хлеб ржаной	40	60	3,19	5,70	0,20	5,10	1,99

Итого:
 Подар: 70-16 / 75-63
 Е.И. Дубравина

