



Утверждаю:
 Директор МКОУ Большевикской СОШ № 5
 И.И. Лазарев



МЕНЮ

на 5 мая 2023 г.

по МКОУ Большевикской СОШ № 5

Наименование блюда	Выход (г)		Стоимость	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	7-11	11 и старше					
Завтрак							
Полшницорис светлый (паредка)	30	50	9,81/16,35	59,00	1,50	4,10	3,60
Суп картофельный с бобовыми	250	300	31,77/21,47	129,25	5,13	5,31	14,19
Картофельная каша	200	250	7,65/19,90	116,20	5,73	5,17	53,53
Соус красный	35	50	1,02/14,18	16,61	0,24	0,24	1,39
Рыба тушеная с овощами	30	100	15,50/18,30	117,54	13,14	9,14	3,00
Чай с сахаром	200	200	2,30/1,30	52,13	-	-	14,19
Хлеб пшеничный	75	100	5,64/7,56	129,00	4,56	0,44	29,92
Хлеб ржаной	40	60	3,39/5,09	112,70	5,10	1,93	25,30
Зеленое	40	50	7,44/19,30				
			Обед				
			75,26/189,78				
Суп мясной без зажарки	250	300	10,01/24,11	211,14	6,94	6,11	50,20
Личо отварное	40	40	9,00/14,00	67,60	5,32	4,66	0,50
Компот из сухофруктов	200	200	3,80/3,80	102,60	4,53	-	27,77
Хлеб пшеничный	75	100	5,64/7,56	129,00	4,56	0,44	29,92
Яблоко с сахаром	30	30	12,50/19,30				

Итого: 50-99 / 56-99
 Повар: А.И. Дубравина Е.Н. Дубравина

Приятного
 аппетита