

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



МЕНЮ
 на 11 декабря 2023 г.
 по МКОУ Большеинженерской СОШ № 5

| Наименование блюда | Выход (г) | | Стоимость | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------------------|-----------|----------|---------------|--------------|-------|-------|----------|
| | 7-11 | и старше | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Шуш с вареной курицей и сметаной | 250 | 300 | 23,35 / 24,94 | 49 | 2,95 | 4,40 | 6,87 |
| Дрожка с маслом | 250 | 250 | 10,20 / 10,25 | 344,00 | 6,08 | 2,68 | 42,20 |
| Соус красный | 35 | 50 | 2,02 / 1,12 | 13,61 | 0,14 | 0,84 | 2,59 |
| Окрошка домашняя | 80 | 100 | 32,40 / 33,00 | 205 | 29,34 | 10,42 | 1,32 |
| Чай с сахаром | 200 | 200 | 3,40 / 3,40 | 52,13 | - | - | 14,19 |
| Хлеб пшеничный | 75 | 100 | 5,68 / 7,58 | 119,00 | 4,56 | 0,43 | 19,52 |
| Хлеб ржаной | 40 | 60 | 3,39 / 5,09 | 122,80 | 5,10 | 1,98 | 15,30 |
| Мацарини | 100 | 110 | 23,90 / 26,23 | | | | |
| Обед | | | | | | | |
| 102-09/114-28 | | | | | | | |
| Щи на мясной подливке | 100 | 130 | 14,35 / 14,40 | 161,25 | 4,50 | 6,05 | 21,74 |
| Макароны с мясной подливкой | 100 | 200 | 4,10 / 4,10 | 119,77 | 5,60 | 6,40 | 18,13 |
| Хлеб пшеничный | 75 | 100 | 5,68 / 7,58 | 119,00 | 4,56 | 0,43 | 19,52 |
| Зеленый салат | 30 | 30 | 1,10 / 1,10 | | | | |

Итого: 36 63 / 39 04

Повар: Дуб Е.Н.Дубравина

