

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

МЕНЮ
 на 15 декабря 2023 г.
 по МКОУ Большеленинградской СОШ № 5

Наименование блюд	Выход (г)		Стоимость	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	7-11	11-старше					
Завтрак							
Салат из вареной капусты	80	100	25,35	68,16	1,20	1,90	5,20
Суп гороховый с морковью	250	300	21,8	44,00	0,89	0,29	0,41
Закусочная картошка с соевым соусом	200	250	5,00	15,91	0,6	0,1	0,25
Сок	200	200	0,10	10,00	0,0	-	0,00
Хлеб пшеничный	95	100	5,91	17,53	2,90	0,56	0,52
Яйцо вареное	40	60	2,29	6,09	0,10	0,10	0,10
Консервы гороховые	40	60	1,04	11,15			
Обед							
95:117:37							
Жареная рыба с маслом	200	220	16,15	10,60	0,18	7,5	1,17
Макароны с сыром и маслом	100	100	10,10	19,18	0,60	0,10	0,10
Хлеб пшеничный	75	100	5,91	17,53	2,90	0,56	0,52
Макароны	200	180	11,00	11,11			

Итого: 54,61 / 159,25
 Повар: Е.Н. Дубровина

