



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

МЕНЮ
на 16 января 2024 г.
по МКОУ Большевещинской СОШ № 5

Наименование блюда	Выход (г)		Стоимость	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	7-11 лет	старше 11 лет					
Завтрак							
Салат из свежих овощей	80	100	2,15/3,56	26,16	1,92	0,9	5,64
Суп гороховый с тушенкой	200	300	11,5/18,2	178,00	4,98	10,39	89,14
Макаронные с мясом	200	330	9,80/13,05	111,11	6,34	8,11	50,2
Творог 9%	80	80	1,50/1,99	15,57	0,03	1,99	10,1
Молоко какао с мясом	200	200	1,40/1,40	129,44	5,40	6,40	16,03
Мед натуральный	75	100	5,18/5,51	49,00	0,50	0,48	19,52
Мед фруктовый	40	60	5,30/5,09	118,80	5,00	1,98	15,10
Абриксы	100	120	11,40/11,40				
Обед							
Каша молочная с мясом	100	130	16,17/11,11	111,11	2,11	10,10	45,11
Чай с сахаром	210	100	3,0/3,0	18,15	-	-	1,19
Мед натуральный	95	100	5,18/5,51	129,00	1,16	1,16	18,52
Вафли	40	50	11,12/12,10				
Итого							1,13,10
Подпись	_____ / 16.01.2024						
	П.И. Лазарев						