

Утверждено:
 Директор МКОУ Большеинженерской СОШ № 5
 Ш.И.Лазарев



МЕНЮ
 на 31 января 2024 г.
 по МКОУ Большеинженерской СОШ № 5

| Наименование блюда | Выход (г) | | Стоимость | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-------------------------------|-----------|-----------|-------------|--------------|-------|-------|----------|
| | 7-11 лет | 11-17 лет | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Салат из вареного горошка | 80 | 100 | 11,21/14,31 | 108,77 | 5,23 | 6,22 | 14,22 |
| Вареные картофельные котлетки | 150 | 300 | 11,51/18,21 | 23,69 | 0,32 | 4,79 | 7,83 |
| Картофельное пюре | 300 | 300 | 1,50/1,50 | 20,50 | 0,50 | 6,22 | 28,53 |
| Сыр творожный | 35 | 50 | 11,11/11,80 | 18,51 | 0,24 | 0,84 | 1,89 |
| Сметана 10% | 100 | 100 | 35,20/35,20 | 43,00 | 0,60 | 11,10 | 11,30 |
| Сок | 300 | 300 | 15,80/15,80 | 40,00 | 0,40 | - | 58,80 |
| Чай малиновый | 45 | 100 | 5,61/7,71 | 49,00 | 1,56 | 4,48 | 1,72 |
| Чай урюковый | 40 | 50 | 3,89/5,09 | 42,50 | 0,10 | 1,32 | 15,10 |
| Обед | | | | | | | |
| 01-31/01/26 | | | | | | | |
| Суп мясной картофельный | 300 | 300 | 11,26/11,26 | 27,11 | 1,32 | 11,38 | 20,20 |
| Каша овсяная молочная | 200 | 300 | 4,20/7,50 | 123,12 | 15,10 | 6,62 | 44,00 |
| Чай фруктовый | 45 | 100 | 5,61/7,71 | 49,00 | 1,56 | 4,48 | 1,72 |
| Фруктовый сок | 10 | 10 | 1,18/1,18 | 12,80 | 0,12 | 0,66 | 0,30 |

Итого: 34,20 / 49,31
 Подписано: Е.И.Дубравакина

