Филиал Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Прииртышская средняя общеобразовательная школа» «Верхнеаремзянская средняя общеобразовательная школа им. Д.И. Менделеева»

Утверждаю:

Заведующий филиалом:_____О.В. Бухарова

Меню

« 10 _» мая 2023 г.

Завтрак

наименование	выход	белки	жиры	углеводы	ккал	цена	№ рец
Каша пшенная жидкая с маслом	200/5	4,8	6,9	28,0	193,3	35,27	311-2004
Булочка плюшка	100	1,1	1,5	21,0	101,9	25,1	
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	15,24	690-2004
Хлеб пшеничный в/с	20	1,0	0,3	8,1	38,9	1,78	
Хлеб ржаной –пшеничный Богатырский с отрубями	20	0,7	0,1	9,4	41,3	2,39	
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке	125	1,8	1,5	4,5	38,7	27,92	
Итого за день		30,9	29,8	86,1	735,8	107,7	

Обед

наименование	выход	белки	жиры	углеводы	ккал	цена	№ рец
Салат «Дальневосточный» из морской капусты с яйцом отварным	80	5,1	8,5	1,4	102,5	13,33	362-2002
Суп сырный со сметаной	250/5	7,7	9,7	18,7	192,9	20,59	12/2-2011
Мясо тушеное	100	10,3	9,7	3,8	145,5	50,04	363-2013
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	23,22	520-2004
Компот из сухофруктов	200	0,2	0,0	20,6	83,2	5,14	585-1996
Хлеб пшеничный в/с	40	2,0	0,6	16,2	77,8	3,56	
Хлеб ржаной – пшеничный Богатырский с отрубями	20	0,7	0,1	9,4	41,3	2,39	
яблоко	135	0,4	0,0	14,4	59,2	20,13	458-2006
Итого за день		48	48	185	1373	138,4	