

ИП Ашихмин С.Н.

"Согласовано"
И.о. директора
МБОУ "Лесогорская СОШ"



Меню на
19 декабря 2024, с 7 до 11 лет

ЗАВТРАК

Наименование	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша молочная жидкая из манной крупы с маслом	210	61,4	197	5	4	35
Чай с сахаром и лимоном	200		42	0,13	0,02	10
Бутерброд с сыром	40		193	4,9	11,6	17
Апельсин	100		38	0,9	0,2	8
Итого	550		470	11	16	70
Молоко	200	14,8	113,76	6,1	5,44	10,1

ОБЕД

Салат из отварной свеклы	60		56	0,86	3,65	5
Суп из овощей с курой	210		119	3,78	7,34	9,35
Котлета с соусом	90	75,6	172	9	11	5
Картофель отварной с маслом растительным	150		142,35	2,86	4,3	23
Компот из свежих яблок	200		110			22
Хлеб пшеничный в/с	20		47	1,58	0,2	9,6
Хлеб ржано-пшеничный	40		92	2	0,44	19,76
Итого	770	137	738	20	27	94

Ответственный за питание:



Зав. Производством:

Калькулятор: