

ИП Ашихмин С.Н.

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



Меню на  
23 декабря 2024, с 7 до 11 лет

### ЗАВТРАК

Наименование	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом	210	61,4	314	5,6	8,8	72
Напиток кофейный на молоке	200		155	3,6	2,7	29
Батон пшеничный в/с	60		140	4,7	0,6	29
Яйцо вареное	40		63	5,1	4,6	0,3
Итого	510		672	19	17	130
Молоко	200	14,8	113,76	6,1	5,44	10,1

### ОБЕД

Салат из соленых огурцов	60		35,8	0,52	3,07	1,6
Суп картофельный с бобовыми и курой	210		129	6	5	13
Плов из птицы	200	75,6	377	20	17	36
Компот из смеси сухофруктов	200		94			25
Хлеб пшеничный	20		46,76	1,58	0,2	10
Хлеб ржано- пшеничный	40		91,96	2,2	0,44	19,76
Итого	730	137	775	30	26	105

Ответственный за питание:

Зав. Производством:

Калькулятор: