

ИП Ашихмин С.Н.

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

  
В.А.Бельщева  


Меню на  
12 марта 2025, с 7 до 11 лет

### ЗАВТРАК

Наименование	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша вязкая молочная рисовая (с маслом сливочным)	210	62,4	266	10	15	23
Чай с сахаром и лимоном	200		41,7	0,13	0,02	10
Батон пшеничный в/с	60		140	4,7	0,6	29
Джем, повидло	30		86,5	0,15		21
Итого	500		534	15	16	83
Молоко	200	14,8	113,76	6,1	5,44	10,1

### ОБЕД

Салат из свеклы отварной	60		66	1	4	8
Суп картофельный с рыбой	220		99,5	5	3	13
Бефстроганов из курицы	90	85,6	171	10	12	5
Пюре картофельное	150		137,2	3,06	4	20,44
Напиток цитрусовый	200		95			27
Хлеб пшеничный	20		46,7	1,58	0,2	10
Хлеб ржано-пшеничный	40		91,9	2,24	0,44	19,75
Итого	780	148	707	23	24	103

Ответственный за питание:



Зав. Производством:

Калькулятор: