

ИП Ашихмин С.Н.

"Согласовано"
И.О. Директора
МБОУ "Лесогорская СОШ"

В.А. Бельшева



Меню на
13 марта 2025, с 12 лет и старше

ЗАВТРАК

| Наименование | Выход | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|-------|------|--------------|-------|------|----------|
| Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным | 260 | 62,4 | 394 | 11 | 17 | 50 |
| Напиток кофейный на молоке | 200 | | 155 | 3,6 | 3 | 29 |
| Батон пшеничный в/с | 60 | | 140,28 | 4,7 | 0,6 | 29 |
| Сыр порциями | 15 | | 54,6 | 3,48 | 4,43 | |
| Печенье затыжное | 20 | | 83 | 2 | 2 | 14 |
| Итого | 555 | | 827 | 25 | 27 | 122 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

ОБЕД

| | | | | | | |
|--|-----|------|--------|-----|-----|-----|
| Томаты свежие порционно | 60 | | 54 | 2 | 6 | 1 |
| Щи из свежей капусты с картофелем с курой и сметаной | 270 | | 102,17 | 4 | 6 | 6 |
| Котлета с соусом №332 | 100 | 85,6 | 191 | 10 | 12 | 5 |
| Капуста тушеная | 200 | | 285 | 4 | 9 | 46 |
| Компот из свежих яблок | 200 | | 110 | | | 22 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 47 | 1,6 | 0,2 | 10 |
| Хлеб ржано- пшеничный | 40 | | 92 | 2 | 0,4 | 20 |
| | | | | | | |
| Итого | 890 | 148 | 881 | 24 | 34 | 110 |

Ответственный за питание:

Зав. Производством:

Калькулятор: