

ИП Ашихмин С.Н.

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

  
В.А. Бельшева



Меню на  
18 марта 2025, с 12 лет и старше

### ЗАВТРАК

Наименование	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Запеканка творожная с соусом молочным сладким №327	230	62,4	498	28	22	34
Кофейный напиток на молоке	200		155	3,6	2,6	29,2
Батон пшеничный в/с	30		70,14	2,37	0,3	14
Яблоко	100		67,1	0,8	5,5	4,3
Итого	560		790	35	30	82

### ОБЕД

Салат витаминный (2 вариант)	100		154,9	2,6	6,2	22,1
Суп с макаронными изделиями	250		116	3	5	17
Кура отварная	10		21	2	1	
Котлета рыбная (минтай) с соусом №326	100	85,6	210	13	12	10
Рис отварной	200		268	5	6	45
Чай с сахаром и лимоном	200		42			10
Хлеб пшеничный	20		46,76	1,58	0,2	9,66
Хлеб ржано- пшеничный	40		91,96	2,24	0,44	19,76

Ответственный за питание:



Зав. Производством:

Калькулятор: