

ИП Ашихмин С.Н.

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


В.А.Бельшева
СМ.П.



Меню на
15 мая 2025, с 7 до 11 лет

ЗАВТРАК

| Наименование | Выход | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------------------------------------|-------|------|--------------|-------|------|----------|
| Каша вязкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом | 210 | 62,4 | 318 | 9 | 13 | 40 |
| Напиток кофейный на молоке | 200 | | 155 | 3,6 | 2,7 | 29 |
| Батон пшеничный в/с | 60 | | 140 | 4,7 | 0,6 | 29 |
| Сыр порциями | 15 | | 54,6 | 3,48 | 4,4 | 0,24 |
| Печенье затяжное | 20 | | 83 | 2 | 2 | 14 |
| Итого | 505 | | 751 | 23 | 23 | 112 |
| | | | | | | |
| Молоко | 200 | 16 | 113,76 | 6,1 | 5,44 | 10,1 |

ОБЕД

| Наименование | Выход | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------------------------------------------|-------|------|--------------|-------|------|----------|
| Томаты свежие порционно | 60 | | 54 | 2 | 6 | 1 |
| Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной и курой | 220 | | 86 | 3,42 | 5 | 5 |
| Котлеты с соусом | 90 | 85,6 | 172 | 9 | 11 | 5 |
| Капуста тушеная | 150 | | 214 | 2,7 | 6,48 | 34,52 |
| Компот из свежих плодов | 200 | | 110 | | | 22 |
| Хлеб пшеничный в/с | 20 | | 46,76 | 1,58 | 0,2 | 9,66 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | | 91,96 | 2,24 | 0,44 | 19,76 |
| | | | | | | |
| Итого | 780 | 148 | 775 | 21 | 29 | 97 |

Ответственный за питание:



Зав. Производством:

Калькулятор: