

ИП Ашихмин С.Н.

"Согласовано"

И.о. директора

МБОУ "Лесогорская СОШ"

В.А.Бельшева

М.П.

Меню на
21 мая 2025, с 7 до 11 лет

ЗАВТРАК

Наименование	Выход	Цена	Калорий- ность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша молочная из риса и пшена "Дружба" с маслом сливочным	210	62,4	221	10,44	14	15
Напиток из плодов шиповника	200		77	0,68	0,28	17,98
Батон пшеничный в/с	60		140	4,74	0,6	28,98
Печенье затяжное	30		124,35	1	2	10
Итого	500		562	17	17	72
Молоко	200	16	113,76	6,1	5,4	10

ОБЕД

Салат из моркови с яблоками	60		24	1	0,1	5
Борщ с капустой и картофелем и курой	210		102,67	4	5,29	10,19
Плов из птицы	200	85,6	412	18	18	42
Чай с сахаром	200		28			14
Хлеб пшеничный	20		47	1,58	0,2	9,66
Хлеб ржано-пшеничный	40		91,9	2,24	0,44	19,76
Итого	730	148	706	27	24	101

Ответственный за питание:

Зав. Производством:

Калькулятор: