



## МЕНЮ

столовой МАОУ СОШ № 5  
на « 15 » января 2024 год

Наименование блюд	Энергетическая ценность				Выход (гр)	Цена (руб.)
	Ккал	Белки	Жиры	углеводы		
Завтрак: 1-4 классы						
1. Омулец св порез	84	0,48	0,06	1,5	1/60	
2. Омлет натур	111,93	14,61	15,3	3,86	1/150	
3. Какао на молоке	104,05	3,58	4,85	15,41	1/200	
4. Хлеб пшеничный	145	5,6	0,4	36,4	1/40	
5. Обедко св	40,5	0,6	0,6	14,4	1/150	
Итого:						184,51
Обед: 1-4 классы						
1. Салат овощной с едн	64,41	0,69	5,13	4,33	1/60	
2. Рассольник щеник						
3. на кур бульоне	120,59	3,54	5,69	13,69	1/200	
4. Колбаса рыбная						
5. Запек в белом соусе	204,525	10,432	9,395	20,311	1/90	
6. Картофельное пюре	145,04	3,41	3,96	23,83	1/150	
7. сок фруктовый	92	1,0	0,2	20,2	1/200	
8. Хлеб пшеничный	45	4,4	0,3	15,6	1/30	
Итого:	80	2,4	0,4	16,8	1/40	187,51
Завтрак : 5-11 классы						
1. Омулец св порез	14,0	0,8	0,1	4,5	1/100	
2. Омлет натуральн	269,01	19,43	18,92	5,13	1/200	
3. Какао на молоке	104,05	3,58	4,85	15,41	1/200	
4. Хлеб пшеничный	200	6,4	0,8	41,6	1/80	
5. Обедко св	40,5	0,6	0,6	14,4	1/150	
6.						
7.						115-85
8.						
Итого:						
Обед: 5-11 классы						
1. Салат овощной с едн	101,25	1,14	4,22	4,28	1/100	
2. Рассольник щеник						
3. на кур бульоне	162,34	5,36	4,48	14,55	1/250	
4. Колбаса рыбная						
5. Запек в белом соусе	252,8	13,141	11,126	25,024	1/100	
6. Картофельн пюре	143,36	3,94	5,64	26,52	1/180	
7. сок фруктовый	92	1,0	0,2	20,2	1/200	
8. Хлеб пшеничный	100	3,2	0,4	10,8	1/40	
Итого:	100	3,0	0,5	21,0	1/50	115-85

Зав. производством

Т.Л. Витомская