



МЕНЮ

столовой МАОУ СОШ № 5

на « 19 » сентября 2023 год

Наименование блюд	Энергетическая ценность				Выход (гр)	Цена (руб.)
	Ккал	Белки	Жиры	углеводы		
Завтрак: 1-4 классы						
1. Салат из морковки и яблок	52,979	0,449	3,654	4,244	1/60	
2. Омлет с сыром	256,849	15,239	21,021	1,682	1/150	
3. Какао с молоком	107,960	3,170	2,466	18,242	1/180	
4. Хлеб пшеничный	48,2	1,2	0,2	10,4	1/80	
5. Банан св порез	100,0	1,845	0,625	26,25	1/125	
Итого:						84,84
Обед: 1-4 классы						
1. Салат из свеклы с сыром	65,576	1,630	4,404	4,844	1/60	
2. Суп из св. ком с карто						
3. Ч. салат на булочке	112,046	4,098	6,957	8,281	1/200	
4. Картофель туш с пегелию	301,576	16,891	12,168	31,110	1/200	
6. Кисель фруктово-ягодн	127,168	0,042	-	31,720	1/250	
7. Хлеб пшеничный	48,2	1,2	0,2	10,4	1/20	
8. Хлеб ржанно-пшеничн	48,2	1,2	0,2	10,4	1/20	
Итого:						87-84
Завтрак : 5-11 классы						
1. Салат из морковки и яблок	88,298	1,248	6,090	4,124	1/100	
2. Омлет с сыром	342,505	20,319	28,018	2,243	1/200	
3. Какао с молоком	107,960	3,170	2,466	18,242	1/180	
4. Хлеб пшеничный	48,2	1,2	0,2	10,4	1/20	
5. Банан св порез					1/125	
6.						94,45
7.						
8.						
Итого:						
Обед: 5-11 классы						
1. Салат из свеклы с сыром	109,284	2,714	4,316	8,078	1/100	
2. Суп из св. ком с карто						
3. Ч. салат на булочке	140,095	5,122	8,689	10,337	1/250	
4. Картофель туш с пегелию	374,854	21,139	15,215	39,091	1/250	
6. Кисель фруктово-ягодн	114,457	0,065	-	28,548	1/180	
7. Хлеб пшеничный	48,2	1,2	0,2	10,4	1/20	
8. Хлеб ржанно-пшеничн	48,2	1,2	0,2	10,4	1/20	
Итого:						94,45

Зав. производством _____

Витомская

Т.Л. Витомская