

СОГЛАСОВАНО:

Директор МАОУ СОШ № 5

А.В. Коровин

« 18 » 2022 год

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Рыбина В.Г.

« 18 » 2022 год

МЕНЮ

СТОЛОВОЙ МАОУ СОШ № 5

на « 18 » сентября 2022 год

Наименование блюд	Энергетическая ценность				Выход (гр)	Цена (руб.)
	Ккал	Белки	Жиры	углеводы		
Завтрак: 1-4 классы						
1. Омлет нат	211,93	14,61	15,3	3,86	1/150	
2. Омлет св порез	8,4	0,48	0,06	1,5	1/60	
3. Какао на молоке	104,05	3,58	2,85	15,41	1/200	
4. Творог нежирный	175	5,6	0,4	36,4	1/40	
5. Яблоко св	30,5	0,6	0,6	14,7	1/150	
Итого:						94,44
Обед: 1-4 классы						
1. Салат овощной с ябло	67,41	0,68	5,13	4,33	1/60	
2. Рассольник нежирн						
3. квас кур бут.	120,59	3,54	5,69	13,69	1/200	
4. Котлета рыбная						
5. Запек в белом соусе	204,525	10,432	9,895	20,311	1/90	
6. Картофельное пюре	145,04	3,41	3,96	23,83	1/150	
7. сок фруктовый	92,0	1,0	0,2	20,2	1/200	
8. Творог нежирный	75	2,4	0,3	15,6	1/30	
Итого:	80	2,4	0,4	16,8	1/40	94,44
Завтрак : 5-11 классы						
1. Омлет св порез	14,0	0,8	0,1	2,5	1/100	
2. Омлет натур	269,01	19,43	18,92	5,13	1/200	
3. Какао на молоке	104,05	3,58	2,85	15,41	1/200	
4. Творог нежирный	200	6,4	0,8	41,6	1/30	
5. Яблоко св	30,5	0,6	0,6	14,7	1/150	
6.						105-32
7.						
8.						
Итого:						
Обед: 5-11 классы						
1. Салат овощной с ябло	101,25	1,17	4,22	4,28	1/100	
2. Рассольник нежирн						
3. квас кур бут.	162,84	5,36	4,48	14,55	1/250	
4. Котлета рыбная						
5. Запек в белом соусе	152,8	13,141	11,126	25,024	1/100	
6. Картофельное пюре	143,36	3,94	5,67	26,52	1/180	
7. сок фруктовый	92,0	1,0	0,2	20,2	1/200	
8. Творог нежирный	100	3,2	0,4	20,8	1/40	
Итого:	100	3,0	0,5	21,0	1/50	105-32

Зав. производством

Т.Л. Витомская