

МЕНЮ

столовой МАОУ СОШ № 5

на « 5 » ноября 2024 год

Наименование блюд	Энергетическая ценность				Выход (гр)	Цена (руб.)
	Ккал	Белки	Жиры	углеводы		
Завтрак: 1-4 классы						
1. Салат из св. помидор со						
2. Макароны перцев	40,65	0,67	3,09	2,28	1/60	
3. Бифежки из курицы	164,59	14,64	6,92	11,57	1/90	
4. Рыб отб в масле	139,55	3,54	4,13	37,07	1/150	
5. Чай в сах и лимон	44,49	0,26	0,03	11,26	1/200	
Итого: хлеб пшеничный	125	4,0	0,5	26,0	1/50	94,44
Обед: 1-4 классы						
1. Салат овощной в едн.	64,41	0,69	5,13	4,33	1/60	
2. Рассольник капуст						
3. на бульоне	120,59	3,54	5,69	13,69	1/200	
4. Шницель из гов и мяса						
5. пюре в соусе томат	184,3	14,97	8,12	13,82	1/110	
6. Макароны отб	202,05	5,54	4,28	35,32	1/150	
7. Напиток из шиповн	89,33	0,54	0,22	18,71	1/200	
8. Хлеб пшеничный	45	2,4	0,3	15,6	1/30	
Итого: хлеб ржано-пшеч.	80	2,4	0,4	16,8	1/40	94,44
Завтрак : 5-11 классы						
1. Салат из св помидор со						
2. салат перцев	68,22	1,15	5,15	3,87	1/100	
3. Бифежки из курицы	148,95	16,35	7,65	11,89	1/100	
4. Рыб отб в масле	159,67	3,62	6,57	21,33	1/180	
5. Чай в сах и лимон	44,49	0,26	0,03	11,26	1/200	
6. Хлеб пшеничный	150	4,8	0,6	31,2	1/60	
7.						105,32
8.						
Итого:						
Обед: 5-11 классы						
1. Салат овощной в едн.	101,25	1,17	7,22	4,28	1/100	
2. Рассольник капуст						
3. на бульоне	162,34	5,36	7,78	14,55	1/250	
4. Шницель из гов и						
5. мясо и пюре в соусе том	197,4	16,27	8,7	13,71	1/120	
6. Макароны отб	218,95	6,09	4,34	38,84	1/180	
7. Напиток из шиповн	89,33	0,54	0,22	18,71	1/200	
8. Хлеб пшеничный	100	3,2	0,4	20,8	1/40	
Итого: хлеб ржано-пшеч.	80	2,4	0,4	16,8	1/40	105,32

Зав. производством

Т.Л. Витомская