

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 1

« 01 » 03 2021 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 1 г. Ладимено

Дата 04.03.2021

День: понедельник

Неделя 1

Номер дня недели: 1

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в грамма х	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийность ь	цена
ЗАВТРАК							
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90	12,00 Р
2.	Омлет натуральный	160	14,86	20,48	2,81	308,96	51,00 Р
3.	Сыр порциями	15	3,90	3,99	0,00	51,51	14,00 Р
4.	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	15,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,54	55,81	2,00 Р
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50 Р
7.	Яблоко свежее	120	0,50	0,50	12,25	55,50	10,00 Р
	Всего:	605	29,63	31,47	62,23	707,72	106,50 Р
ОБЕД							
1.	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,57	53,57	12,00 Р
2.	Борщ с картофелем	200	2,00	6,50	13,44	120,26	15,00 Р
3.	Плов из отварной говядины	180	18,36	17,19	29,20	356,40	63,70 Р
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80	10,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего:	720	26,99	24,68	110,43	785,16	106,20 Р
ПОЛДНИК							
1.	Макароны, запеченные с яйцом	150	4,12	5,90	21,00	149,5	
2.	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	2,93	6,40	21,30	92,3	
3.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	
	Всего:	390	9,84	15,49	62,01	362,38	50,00 Р

Директор МБОУ СОШ № 1 г. Ладимено *С.А. Сошчаров*

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



Юномарет



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 1 г. Лабдинск *С.А. Салтыков*
 " 01 " 03 2024 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № *МБОУ СОШ № 1 г. Лабдинск*
 Дата *04.03.2024*
 День: *понедельник*
 Неделя: 1
 Номер дня недели: 1
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углево ды	Калорийно сть	цена
ЗАВТРАК							
1.	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,50	20,00 Р
2.	Омлет натуральный	200	18,57	25,60	3,51	386,20	63,75 Р
3.	Сыр порциями	20	5,20	5,32	0,00	68,68	18,50 Р
4.	Какао смолоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	15,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной	45	2,52	0,504	20,43	90,94	3,20 Р
7.	Яблоко свежее	120	0,50	0,50	12,25	55,50	10,00 Р
	Всего	725	38,92	39,92	83,47	920,63	
							132,95 Р
ОБЕД							
1.	Икра кабачковая	100	1,68	0,08	20,95	89,28	20,00 Р
2.	Борщ с картофелем и сметаной	250	2,50	8,13	16,80	150,33	18,50 Р
3.	Плов из отварной говядины	230	23,46	21,95	37,31	455,40	81,00 Р
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80	10,00 Р
5.	Хлеб пшеничный.	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего	860	33,27	31,09	130,28	949,94	
							135,00 Р
ПОЛДНИК							
1.	Макароны, запеченные с яйцом	200	5,50	7,87	28,00	201,86	
2.	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	2,93	6,40	21,3	92,3	
3.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	
	Всего	440	11,22	17,46	69,01	412,85	55,00 Р

Директор МБОУ СОШ № 1 г. Лабдинск *С.А. Салтыков*

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

