



МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 1 Лабинск
 Дата 15.04.2024
 День: понедельник
 Неделя 1
 Номер дня недели: 1
 Возрастная категория: 7-11 лет

| № п/п | Прием пищи, наименование блюда | выход в граммах | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | 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. | Макаронны, 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 Лабинск С.А. Токарев

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания" Токаревич





УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 19

Лабирева
С.А. Толмарева
2024 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 19 Лабирева
Дата 15.04.2024
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 № 19 *Лабирева*



С.А. Толмарева

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

Толмарева

