МЕНЮ на 19 февраля 2025 г.

МЕНЮ для учащихся МАОУ «СОШ №15»

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | Цена |
| **Завтрак 1-4 классы** |  |  |  |  |  |  |
| Зразы «Верх-Исетские» с соусом сметанным | 120 | 26,59 | 19,97 | 8 | 318,33 | 86,82 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,7 | 7,8 | 42,6 | 279 | 12,29 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 3,85 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 2,54 | 0,4 | 11,08 | 60,3 | 2,06 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 0,3 | 9,6 | 54,3 | 1,96 |
| **Итого** | **510** | **39,69** | **28,47** | **86,28** | **769,93** | **106,98** |
| **Завтрак 5-11 классы** |  |  |  |  |  |  |
| Зразы «Верх-Исетские» с соусом сметанным | 150 | 29,785 | 23,02 | 9,99 | 366,05 | 129,08 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,44 | 9,36 | 51,12 | 334,8 | 17,36 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 3,85 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 2,54 | 0,4 | 11,08 | 60,3 | 2,06 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 0,3 | 9,6 | 54,3 | 1,96 |
| **Итого** | **570** | **44,63** | **33,08** | **96,79** | **873,45** | **154,31** |
| **Обед 1-4 классы** |  |  |  |  |  |  |
| Винегрет овощной | 60 | 0,8 | 1,4 | 4,3 | 33 | 13,47 |
| Борщ из свежей капусты со сметаной и мясом цыплят | 228 | 1,4 | 4,1 | 9,4 | 100,4 | 25,39 |
| Запеканка картофельная с мясом куры | 210 | 14,14 | 23,27 | 26,33 | 391,17 | 76,60 |
| Кисель витаминизированный из концентрата "Витошка" | 200 | 0,24 | 0,144 | 30,42 | 116,86 | 11,87 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 2,54 | 0,4 | 11,08 | 60,3 | 2,06 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 0,3 | 9,6 | 54,3 | 1,96 |
| **Итого** | **738** | **20,78** | **29,61** | **91,13** | **756,03** | **131,35** |
| **Обед 5-11 классы** |  |  |  |  |  |  |
| Винегрет овощной | 100 | 1,33 | 2,33 | 7,17 | 55 | 22,71 |
| Борщ из свежей капусты со сметаной и мясом цыплят | 250 | 1,53 | 4,49 | 10,31 | 110,09 | 38,91 |
| Запеканка картофельная с мясом куры | 240 | 22,38 | 25,44 | 25,89 | 423,37 | 104,90 |
| Кисель витаминизированный из концентрата "Витошка" | 200 | 0,24 | 0,144 | 30,42 | 116,86 | 11,87 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 2,54 | 0,4 | 11,08 | 60,3 | 2,06 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 0,3 | 9,6 | 54,3 | 1,96 |
| **Итого** | **830** | **29,68** | **33,10** | **94,47** | **819,92** | **182,41** |

Зав.производством\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Кондратьева М.Н.

Директор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Логинова Г.П.