МЕНЮ на 6 февраля 2025 г.

МЕНЮ для учащихся МАОУ «СОШ №15»

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | Цена |
| **Завтрак 1-4 классы** |  |  |  |  |  |  |
| Суфле из мяса кур с рисом | 100 | 14,12 | 21,89 | 1,14 | 258,18 | 72,96 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,7 | 7,8 | 42,6 | 279 | 13,29 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,4 | 1,1 | 11,3 | 59 | 4,97 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,81 | 0,6 | 16,62 | 90,42 | 3,50 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 0,3 | 9,6 | 54,3 | 2,50 |
| Фрукт или сок | 100 | 0,4 | 0 | 9,6 | 40 | 21,96 |
| **Итого** | **600** | **30,09** | **31,69** | **90,86** | **780,9** | **119,18** |
| **Завтрак 5-11 классы** |  |  |  |  |  |  |
| Суфле из мяса кур с рисом | 120 | 16,944 | 21,89 | 1,14 | 309,82 | 90,67 |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным | 180 | 8,7 | 9,36 | 51,12 | 279 | 22,79 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,4 | 1,1 | 11,3 | 59 | 4,97 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,81 | 0,6 | 16,62 | 90,42 | 3,50 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 0,3 | 9,6 | 54,3 | 2,50 |
| Фрукт или сок | 100 | 0,4 | 0 | 9,6 | 40 | 21,96 |
| **Итого** | **650** | **32,91** | **33,25** | **99,38** | **832,54** | **146,39** |
| **Обед 1-4 классы** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из белокочанной капусты | 60 | 1,3 | 2,7 | 6,2 | 52 | 6,71 |
| Суп картофельный с крупой | 220 | 2,1 | 2,1 | 15,5 | 111,6 | 21,85 |
| Колбаски по-домашнему | 90 | 13,46 | 16,69 | 2,67 | 215,14 | 65,01 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,7 | 5,9 | 24 | 166 | 21,6 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,9 | 0,05 | 20,6 | 89 | 14,89 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | 2,54 | 0,4 | 11,08 | 60,3 | 2,50 |
| Хлеб ржаной витаминизированный | 20 | 1,66 | 0,3 | 9,6 | 54,3 | 2,50 |
| **Итого** | **760** | **25,66** | **28,14** | **89,65** | **748,34** | **135,06** |
| **Обед 5-11 классы** |  |  |  |  |  |  |
| Фрукт или сок | 100 | 0,4 | 0 | 9,6 | 40 | 21,96 |
| Суп картофельный с крупой | 250 | 2,39 | 2,39 | 17,61 | 126,82 | 24,83 |
| Колбаски по-домашнему | 100 | 15,71 | 19,47 | 3,12 | 251 | 72,23 |
| Пюре картофельное | 180 | 3,7 | 5,9 | 24 | 166 | 21,6 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,9 | 0,05 | 20,6 | 89 | 14,89 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | 2,54 | 0,4 | 11,08 | 60,3 | 2,50 |
| Хлеб ржаной витаминизированный | 20 | 1,66 | 0,3 | 9,6 | 54,3 | 2,50 |
| **Итого** | **870** | **27,3** | **28,51** | **95,61** | **787,42** | **160,51** |

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

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