

Утверждено:
 Директор МКОУ Большеленинградской СОШ № 5
 Е.Н. Дубрашина



МЕНЮ

на 16 января 2023 г.
 по МКОУ Большеленинградской СОШ № 5

Наименование блюда	Выход (г)		Стоимость	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	7-11 лет	11 старше					
Завтрак							
Салат из свеклы и капусты	80	100	5-15/13-25	49,41	15,2	5,36	5,01
Суп картофельный с овощами	200	300	21-25/31-38	123,35	5,13	5,55	10,18
Картофельное пюре	200	230	6-15/7-10	46,20	5,25	5,17	8,53
Соус сметанный	55	50	102/112	8,61	0,24	0,84	1,33
Запеченная рыба	80	80	400/400	153,00	0,60	11,10	0,30
Чай сладкий	200	200	2-20/23-25	15	-	-	19,09
Хлеб мякинный	45	100	5-68/4-8	49,00	0,55	0,11	33,26
Хлеб ржаной	40	60	3-39/8-09	70,80	5,10	1,97	25,10
Джем	40	30	0-60/0-55				
Обед							
Мясной суп с овощами	200	330	18-21/25-33	67,88	1,68	30,00	
Картофельная котлета	200	200	3-30/3-30	106,30	5,60	3,40	5,56
Хлеб мякинный	35	100	5-62/4-8	123,00	4,56	0,18	33,52
Макаронная котлетка	40	80	15-40/15-25				

Итого: 91-08 / 67-36
 Подпись: Е.Н. Дубрашина

