



Утверждено: _____
 Директор МКОУ Бальнеологической СОШ № 5 _____ Т.И.Лавров

на 29 декабря 2022г.

МЕНЮ
 по МКОУ Бальнеологической СОШ № 5

Наименование блюда

Наименование блюда	Выход (г)		Стоимость	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	7-11 лет	11 старше					
Завтрак							
Вареная чечевица кашей	80	100	3,10/3,35	99,91	9,12	2,66	5,06
Сыр фаршированный картофелем	150	300	11,41/11,61	340,24	5,15	5,57	16,15
Каша с маслом	200	250	15,20/15,21	339,00	6,01	3,22	21,10
Сыр с маслом	25	50	1,02/1,12	11,61	2,00	0,24	2,29
Машина для	80	80	15,87/15,88	195,20	2,21	0,21	1,11
Сок	200	200	11,80/11,70	100,00	1,70	-	19,70
Хлеб пшеничный	85	100	5,68/5,71	149,00	4,16	0,48	17,12
Хлеб ржаной	40	60	5,39/5,09	142,20	5,10	1,81	15,10
Обед			95,70/100,51				
Каша пшеничная с маслом	200	250	11,10/10,80	161,11	4,10	6,17	14,93
Вареный картофель	100	200	3,10/3,30	79,30	5,00	6,40	11,33
Бульон с овощами	10	20	1,11/1,11	26,00	1,15	0,25	-
Хлеб пшеничный	75	100	5,68/5,71	142,00	4,16	0,48	15,12

Итого: 30,35 / 15,51
 Попар: Руб. Е.Н.Дубравин