



Утверждаю:
 Директор МКОУ Большевичинской СОШ № 5
 П.Н.Лазарев



МЕНЮ
 на 16 марта 2023 г.
 по МКОУ Большевичинской СОШ № 5

Наименование блюда	Выход (г)		Стоимость	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	7-11 лет	старше					
Завтрак							
Салат из свежих овощей	80	100	84/114	81,32	2,28	6,38	11,22
Суп с рыбными консервами	250	300	187/205	83,40	5,59	6,71	11,96
Тростяк с маслом	100	210	151/184	114,08	6,02	8,88	11,20
Соус молочный	35	50	102/142	71,68	2,14	2,64	3,39
Вареная запеканка	80	100	110/119	101,05	2,93	2,04	4,32
Чай с сахаром	200	200	150/230	63,15	-	-	11,97
Хлеб пшеничный	75	100	555/754	252,00	4,56	6,72	29,82
Хлеб ржаной	40	60	229/159	92,80	1,70	1,96	11,30
Джем	40	120	115/100	132,00	1,30	1,20	1,10
Обед							
Желе из фруктов с малиной	100	250	47/30	18,10	1,15	2,41	10,50
Желе на фруктовом желе	200	300	140/130	48,44	1,10	3,10	14,20
Хлеб пшеничный	75	100	555/754	252,00	4,56	6,72	29,82
Бульон с овощами	10	30	14/18	12,30	0,32	0,60	1,30

Итого: 19.35 / 10.02
 Повар: Е.Н. Дубрава

Приятного
аппетита