

Утверждаю:  
 Директор МКОУ Большевичкинской СОШ № 5  
 П.И.Лазарев



МЕНЮ  
 на 8 декабря 2023 г.  
 по МКОУ Большевичкинской СОШ № 5.

Наименование блюда	Выход (г)		Стоимость	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	7-11	11 и старше					
<b>Завтрак</b>							
Салат из свежих овощей	20	100	3,25/3,56	66,26	142,00	3,90	5,84
Суп с рыбными консервами	20	300	19,75/20,10	133,20	6,81	6,72	11,46
Зерловая с маслом	200	230	7,25/7,87	281,33	5,81	6,40	48,00
Соус красный	35	50	1,02/1,12	19,61	9,24	9,84	2,39
Компот из фруктов	100	100	40,00/40,00	195,20	7,39	9,71	18,48
Чай с сахаром	200	200	3,10/3,10	58,15	-	-	14,19
Хлеб пшеничный	75	100	5,44/7,13	110,00	10,26	11,42	22,50
Хлеб ржаной	40	60	3,39/5,09	148,20	5,10	1,91	25,50
Макаронки	100	110	23,90/16,19				
<b>Обед</b>							
102-34/118-71							
Суп молочный с овощами	250	300	16,10/16,58	231,17	6,97	6,11	58,26
Чай с сахаром	200	200	3,10/3,10	58,15	-	-	14,19
Хлеб пшеничный	75	100	5,68/7,18	129,00	9,56	9,42	23,52
Картофель с маслом	10	20	7,10/14,20	61,20	5,32	4,66	6,30

Итого: 31,92 / 41,23  
 Повар: Дуб. Е.Н.Дубравина

