

«СОГЛАСОВАНО»

И.о. директора МБОУ г. Керчи РК
«Школа №15 имени Героя Советского Союза
Е.М.Рудневой»
Шимко Т.П.

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор
ООО «Нектар»
Усков В.А.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 03 " *март* 2024г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 73,71 руб					
52	Салат из отварной свеклы	60	0,85	3,61	4,96	55,67
279/451	Тефтели из говядины (2 вариант) с соусом томатным	90/50	10,75	11,19	12,40	192,97
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,00
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,31	19,68	93,60
ПР	Хлеб ржаной	25	2,00	0,38	10,03	51,50
	Итого	615	23,77	23,83	85,09	649,74
	Обед 102,82 руб					
21	Салат из соленых огурцов с зеленым луком	60	0,50	3,02	1,10	33,59
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	104,00
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	225	19,59	17,34	25,35	312,00
358	Кисель из сока плодового	200	0,31		39,40	160,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,43	1,67	23,38	125,08
ПР	Хлеб ржаной	25	2,00	0,38	10,03	51,50
	Итого	910	29,03	27,73	119,99	833,17
	ВСЕГО за день	1525	52,80	51,56	205,08	1482,91

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 03 " *март* 2024г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 86,03 руб					
52	Салат из отварной свеклы	100	1,41	6,01	8,26	92,80
279/451	Тефтели из говядины (2 вариант) с соусом томатным	120/50	15,66	17,50	20,50	302,00
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,77	24,55	164,84
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,66	1,00	14,03	75,07
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	710	29,59	34,12	101,60	803,06
	Обед 120,45 руб					
21	Салат из соленых огурцов с зеленым луком	100	0,83	5,03	1,84	56,00
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	104,00
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	270	23,51	20,81	30,42	374,40
358	Кисель из сока плодового	200	0,31		39,40	160,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,62	39,36	187,20
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	24,00	82,00
	Итого	1050	36,43	32,28	155,75	1010,60
	ВСЕГО за день	1760	66,02	66,40	257,35	1813,66

Зав.произв

Васильев В. В.
Приятного аппетита

2н пятница
апр-май