

«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 " 07 " мая 2024г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 73,71 руб					
223/337	Запеканка из творога с соусом	170/50	29,64	26,15	35,86	499,08
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
ПР	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	22,02	105,21
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	570	36,77	29,68	83,63	752,29
	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
282	Оладьи из печени	100	14,68	13,52	7,64	328,00
303	Каша вязкая гречневая	150	4,58	5,00	20,52	145,00
352	Кисель из яблок	180	0,09	0,11	22,58	107,11
ПР	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	22,02	105,21
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	815	27,31	27,32	101,48	872,26
	ВСЕГО за день	1385	64,08	57,00	185,11	1624,55

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 07 " мая 2024г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 86,03 руб					
223	Запеканка из творога с соусом яблочным	200/50	34,97	30,85	41,47	582,65
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	590	42,09	35,26	85,92	830,72
	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
282	Оладьи из печени	100	14,68	13,52	7,64	328,00
303	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	24,65	174,78
352	Кисель из яблок	200	0,11	0,12	25,09	119,00
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	960	32,50	30,72	133,51	1050,98
	ВСЕГО за день	1550	74,59	65,98	219,43	1881,70

Зав.произв

Приятного аппетита

1н вторн
апр-май