

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

«УТВЕРЖДАЮ»
 Генеральный директор
 ООО «Нектар»
 Усков В.А.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 13 " *апр* 2024г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 73,71 руб					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	210	6,03	3,46	32,38	251,00
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	580	17,71	15,90	85,71	606,90
	Обед 102,82 руб					
21	Салат из соленых огурцов с луком зеленым	60	0,51	3,03	1,55	35,45
98	Суп крестьянский с крупой перловой	250	1,48	4,91	6,09	76,00
268	Котлета из говядины	90/5	14,22	17,38	11,84	263,4
321	Капуста тушеная	80	1,65	2,59	7,54	60,00
303	Каша вязкая гречневая	80	2,44	2,67	10,94	77,60
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,43	1,67	23,38	125,08
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	845	27,83	32,55	98,22	771,88
	ВСЕГО за день	1425	45,54	48,45	183,92	1378,78

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 13 " *апр* 2024г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 86,03 руб					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	260	7,18	4,13	38,55	298,81
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб ржаной	25	2,00	0,38	10,03	51,50
	Итого	635	19,46	16,75	90,79	673,31
	Обед 120,45 руб					
21	Салат из соленых огурцов с зеленым луком	100	0,83	5,03	1,84	56,00
98	Суп крестьянский с крупой перловой	250	1,48	4,91	6,09	76,00
268	Котлета из говядины	100/5	15,80	18,91	13,15	289,00
321	Капуста тушеная	100	2,07	3,24	9,43	75,00
303	Каша вязкая гречневая	80	2,44	2,67	10,94	77,60
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
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	965	33,20	35,88	125,00	927,80
	ВСЕГО за день	1600	52,66	52,63	215,79	1601,11

Зав.произв

Усков В.А.
Приятного аппетита

2н пон-к
 апр-май