

«СОГЛАСОВАНО»

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

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор
ООО «Нектар»
Усков В.А.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 23 " *апр* 2024г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 73,71 руб					
75	Икра морковная	75	1,51	0,08	15,41	68,47
289	Рагу из птицы	175	16,58	15,47	20,06	286,44
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,67	70,32
ПР	Хлеб ржаной	25	2,00	0,38	10,03	51,50
	Итого	505	22,59	16,25	75,37	538,73
	Обед 102,82 руб					
52	Салат из отварной свеклы	60	0,85	3,61	4,96	55,67
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,68	2,84	17,46	118,25
268	Биточек 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
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	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	945	29,77	31,46	122,79	881,35
	ВСЕГО за день	1450	52,35	47,70	198,17	1420,08

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 23 " *апр* 2024г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 86,03 руб					
75	Икра морковная	100	2,01	0,10	20,55	91,20
289	Рагу из птицы	260	18,84	17,58	22,80	325,50
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,66	1,00	14,03	75,07
ПР	Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	19,37	80,67
	Итого	625	25,60	19,09	91,95	634,44
	Обед 120,45 руб					
52	Салат из отварной свеклы	100	1,41	6,01	8,26	92,80
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,68	2,84	17,46	118,25
268	Биточек 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
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,20	2,33	32,71	175,01
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	24,00	82,00
	Итого	1055	35,49	36,90	145,94	1041,66
	ВСЕГО за день	1680	61,10	55,99	237,89	1676,10

Зав.произв

Усков В.А.
Приятного аппетита

1н четв
апр-май