



УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

Токмаков И.А.

МЕНЮ НА 23.10.24 г.

(7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
199	Пюре из гороха с маслом	150	13,82	6,16	31,65	237	18,82
294	Котлета рубленая из курицы	90	9,38	11,09	11,27	182	38,80
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,04	12,47	51	5,48
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36	1,53
	II завтрак						
ПР	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	1 ШТ	5,65	8,32	17,19	166	13,67
	Обед						
45	Салат из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,88	36	5,03
101	Суп картофельный с крупой	200	1,85	2,05	15,29	87	6,96
259	Жаркое по- домашнему	200	18,51	20,67	18,95	337	64,27
345	Компот из черной смородины и смеси фруктовой	200	0,52	0,18	28,86	123	13,15
ПР	Хлеб пшеничный	48,3	3,84	0,65	16,16	86	3,69
ПР	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	8,5	52	1,30



УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

Гокмаков И.А.

**МЕНЮ НА 23.10.24 г.
(12 лет и старше)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
199	Пюре из гороха с маслом	180	16,58	7,39	37,99	285	25,08
294	Котлета рубленая из курицы	100	15,35	20,48	14,51	304	59,28
331	Соус	30	2,46	1,53	4,38	41	4,32
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,04	12,47	51	5,48
ПР	Хлеб пшеничный	70	5,6	0,98	23,57	126	5,35
	Обед						
45	Салат из белокочанной капусты	100	1,46	4,48	8,57	80	8,37
101	Суп картофельный с крупой	250	2,54	2,57	18,66	108	9,27
259	Жаркое по-домашнему	250	22,9	23,93	23,3	400	92,52
345	Компот из черной смородины и смеси фруктовой	200	0,52	0,18	28,86	123	13,15
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,84	20,21	108	4,58
ПР	Хлеб ржаной	40	3,4	1,32	17	104	2,61