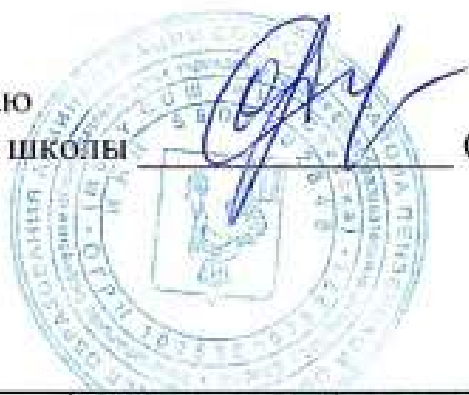


Утверждаю
Директор школы



О.А.Денисова

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	54-4о	Омлет с сыром	150	316,0	19,0	25,4	3
	54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	86	3,8	2,9	11,3
	Пром.	Хлеб пшеничный	45	105,5	3,4	0,4	22,1
Обед	Пром.	Огурец солёный	60	7,8	0,5	0,1	1
	54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	115,25	5,8	7	7,2
	54-21р	Тефтели рыбные (минтай)	80	139	10,3	6,4	10,1
	54-11г	Картофельное пюре	150	139,4	3,2	5,2	19,8
	54-5хн	Компот из яблок и вишни	200	42,5	0,2	0,1	10,2
	Пром.	Хлеб пшеничный	60	140,6	4,6	0,5	29,5

Повар

Тюкаева Т.Ф.

Утверждаю
Зав. филиалом
Бибнева Г.П.

Ежедневное меню основного питания на 22 сентября 2023 года
филиала МБОУ СОШ №1 г. Спасска ОШ с. Кошелевка

Возрастная категория: 7 - 11 лет

Длительность пребывания детей в школе: 4 - 5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетическая ценность (Ккал)
завтрак	Каша вязкая молочная из риса с маслом и сахаром	220	334
	Бутерброд с сыром	50	157
	Чай с сахаром	200	40
Итого за завтрак		470	531
обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	36,24
	Суп с рыбными консервами	250	172,25
	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	231,86
	Гуляш	100	221
	Чай с лимоном	200	62
	Хлеб пшеничный	20	46,76
	Хлеб ржаной	40	91,96
	Яблоко свежее	150	70,3
Итого за обед		970	932,37
Итого за день:		1440	1463,37

Стоимость завтрака: 33 руб.

Стоимость обеда: 68 руб.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Длительность пребывания детей в школе: 6 - 7 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетическая ценность (Ккал)
завтрак	Каша вязкая молочная из риса с маслом и сахаром	220	334
	Бутерброд с сыром	50	157
	Чай с сахаром	200	40
Итого за завтрак		470	531
обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	60,4
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	159,8
	Каша рассыпчатая (гречневая)	200	309,15
	Гуляш	100	221
	Чай с лимоном	200	62
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Хлеб ржаной	60	137,94
	Итого за обед		940
Итого за день:		1410	1563,88

Стоимость завтрака: 33 руб.

Стоимость обеда: 55 руб.

Повар *Кеуф*

Комарова М.А.