

Директор школы Семидурова З.И.Семибратова



### Меню 5

На "16" февраля 2024 г.

Завтрак: (5,6,7 классы)

| №п/п | Наименование блюда      | Выход в граммах | Белки  | Жиры  | Углеводы | Энергетическая ценность (ккал.) |
|------|-------------------------|-----------------|--------|-------|----------|---------------------------------|
| 1.   | Пудинг из творога       | 200             | 27,8   | 19,2  | 10,2     | 224                             |
| 2.   | Хлеб                    | 50              | 3,8    | 0,45  | 24,9     | 113,22                          |
| 3.   | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7        | 0,434  | 0     | 12,725   | 46,033                          |
| 4.   | Яйцо                    | 40              | 6,1    | 5,52  | 0,34     | 75,36                           |
| 5    | Яблоко                  | 100             | 0,4    | 0,4   | 9,8      | 47                              |
|      | Итого                   |                 | 38,534 | 25,57 | 70,125   | 505,613                         |

Стоимость завтрака – 68,44 руб.

Обед: (5,6,7 классы)

| №п/п | Наименование блюда                         | Выход в граммах | Белки | Жиры   | Углеводы | Энергетическая ценность (ккал.) |
|------|--|-----------------|-------|--------|----------|---------------------------------|
| 1    | Суп из овощей                              | 250             | 2,1   | 7,48   | 11,69    | 122,96                          |
| 2    | Картофельное пюре                          | 200             | 4,08  | 6,4    | 27,26    | 183                             |
| 3    | Салат из помидоров свежих с перцем сладким | 100             | 1,5   | 20,1   | 4,65     | 205,5                           |
| 4    | Котлета куриная под соусом                 | 120/50          | 13,59 | 12,999 | 10,949   | 218,087                         |
| 5    | Компот из сухофруктов                      | 200             | 0,04  | 0      | 24,76    | 94,2                            |
| 6    | Хлеб пшеничный                             | 50              | 3,8   | 0,45   | 24,9     | 113,22                          |
| 7    | Хлеб ржаной                                | 50              | 2,75  | 0,5    | 17       | 85                              |
|      | Итого:                                     |                 | 27,18 | 31,539 | 121,619  | 1021,967                        |

Стоимость обеда – 74,93 руб.