

Директор школы _____ **З.И.Семibratova**

Меню 7

На "23" января 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 | 10,16 | 224 |
| 2 | Кутырброд с мислом | 50/10 | 3,8 | 8,47 | 25,0 | 187,22 |
| 3 | Чай с сахаром и лимоним | 200/15/17 | 0,434 | 0 | 12,725 | 46,033 |
| 4 | Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| | Итого за завтрак: | | 26,874 | 24,41 | 79,685 | 634,851 |

Стоимость завтрака – 68,44 руб.

Обед: (5, 6,7 классы)

| №п/п | Наименование блюда | Выход в граммах | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность (ккал.) |
|------|-----------------------------------|-----------------|-------|-------|----------|---------------------------------|
| 1 | Рассольник Петербургский | 250 | 2,0 | 5,11 | 16,93 | 1,75 |
| 2 | Плов из свинины | 230 | 25,38 | 21,25 | 44,61 | 471,25 |
| 3 | Салат из свежих помидоров с луком | 100 | 1,13 | 6,19 | 4,72 | 79,1 |
| 4 | Клецки | 200 | 0,0 | 0,0 | 26,06 | 93,96 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,45 | 24,9 | 113,22 |
| 6 | Хлеб дикий | 50 | 2,75 | 0,5 | 17 | 85 |
| | Итого: | | 35,06 | 33,5 | 134,22 | 966,28 |

Стоимость обеда – 74,93 руб.