

Директор школы З.И. Семибратова



### Меню 9

На "25" января 2024 г.

**Завтрак (5,6,7 классы)**

№п/п	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)
1	Омлет натуральный	200/5	11,99	28,32	3,51	345,9
2	Бутерброд сырок	50/15	7,28	4,88	24,9	167,82
3	Кофейный валичек	200	1,767	1,363	23,78	105,26
4	Помидор	100	2,2	0,4	7,6	48
Итого за завтрак:			24,417	28,603	55,13	666,98

Стоимость завтрака – 68,44 руб.

**Обед (5,6,7 классы)**

№п/п	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)
1	Салат из помидоров свежих с тертым сыром	100	1,5	20,1	4,65	205,3
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	104,75
3	Шницель говяжий	100	12,44	9,24	12,56	183
4	Капуста тушенная	200	3,7	8,34	46,03	284,7
4	Компот из сухофруктов	200	0,04	0,0	24,76	94,2
5	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	24,9	113,22
6	Хлеб ржаной	50	2,75	0,5	17	85
Итого:			26,85	27,46	150,75	958,77

Стоимость обеда – 74,93 руб.