

МЕНЮ на 22 января 2024 года по МБОУ СОШ №11 НМР РТ

Наименование блюд	Цена	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак (младшие)						
Печенье		40	2,96	3,76	10,84	124,28
Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным		180/5	6,44	9,16	15,23	141,12
Чай с сахаром		200	0,07	0,02	8,00	32,00
Батон нарезной		75	5,60	2,16	35,36	195,52
Итого		500	15,07	15,10	69,43	492,92
Обед (младшие)						
Щи из св. капусты с картофелем, со сметаной		200/5	7,54	11,91	6,50	153,90
Котлеты Домашние п\ф		90	8,01	11,14	35,71	248,00
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным		150/3	5,68	2,88	31,96	176,10
Напиток из замороженных фруктов		200	0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб пшеничный		25	1,90	0,20	12,30	58,75
Хлеб ржаной	119,71	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого		703	25,81	26,59	120,38	789,05
Горячий завтрак (старшие)						
Котлеты Домашние п\ф		100	8,90	12,37	37,67	275,55
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным		180/3	9,64	7,60	33,35	241,94
Свекла отварная (дольками)(доп. гарнир)		30	0,42	1,8	2,48	27,84
Чай с сахаром		200	0,07	0,02	8,00	32,00
Хлеб пшеничный		20	1,52	0,16	22,14	47,00
Хлеб ржаной		20	1,32	0,24	7,92	39,60
Итого	82,20	553	21,87	22,19	100,53	663,93
Завтрак (старшие)						
Печенье		40	2,96	3,76	10,84	124,28
Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным		230/5	9,18	11,63	19,30	179,26
Чай с сахаром		200	0,07	0,02	8,00	32,00
Батон нарезной		75	5,60	2,16	35,36	195,52
Итого		550	17,81	17,57	73,50	531,06
Обед (старшие)						
Щи из св. капусты с картофелем, со сметаной		250/5	8,37	12,81	8,08	191,43
Котлеты Домашние п\ф		100	8,90	12,37	37,67	275,55
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным		180/3	9,64	7,60	33,35	241,94
Напиток из замороженных фруктов		200	0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб пшеничный		30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	124,30	40	2,64	0,48	15,84	79,20
Итого		808	32,53	33,60	131,73	951,52

Директор школы: Михайленко С.О.

Зав. столовой: Моравская Л.И.

