

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ**

«Утверждено»
ООО «фирма Школьная»

исполненное
МБОУ
с 11-18 лет:



	белки	жиры	углеводы	ккал	Минеральные элементы			Витамины		
					Ca	Mg	Fe	1 мг	0,2 мг	
03 сентября 2024										
Завтрак										
1 Каша ячневая молочная со сливочным маслом	200/5	4,56	15,45	39,3	294	156,7	35,15	0,4	0,06	0,14
2 Чай сладкий	200	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0
3 Хлеб	1 кус	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06
Цена: 35,00										

04 сентября 2024										
Завтрак										
1 Плов с курицей	50/180	31,40	20,40	44,9	490	314,2	45,98	1,16	0,12	0,52
2 Чай сладкий	200	14,4	9,4	63	401	23,45	221,6	7,59	0,43	0,22
3 Хлеб	1 кус	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06
Цена: 35,00										

05 сентября 2024										
Завтрак										
1 "Ежики" из говядины с соусом	90/20	18,00	5,70	0,5	125	14,92	21,8	0,47	0,14	0,52
2 Гороховое пюре	180	20,7	6	43,5	314	140,3	95,93	5,51	0,36	0,21
3 Чай сладкий	200	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06
4 Хлеб	1 кус	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0
Цена: 35,00										

06 сентября 2024										
Завтрак										
1 Сосиска отварная с соусом	50/40	31,40	20,40	44,9	490	314,2	45,98	1,16	0,12	0,52
2 Гарнир гречневый	180	0,5	0,1	31,2	121	14,02	8,5	0,92	0,07	0,21
3 Чай сладкий	200	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0
4 Хлеб	1 кус	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06
Цена: 35,00										

07 сентября 2024										
Завтрак										
1 Каша "Дружба" молочная со сливочным маслом	200/5	4,56	15,45	39,3	294	156,7	35,15	0,4	0,06	0,14
2 Чай сладкий	200	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0
3 Хлеб	1 кус	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06
Цена: 35,00										

09 сентября 2024										
Завтрак										
1 Каша геркулесовая молочная со сливочным ма	200/5	4,56	15,45	39,3	294	156,7	35,15	0,4	0,06	0,14
2 Чай сладкий	200	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0
3 Хлеб	1 кус	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06
Цена: 35,00										

10 сентября 2024										
Завтрак										
1 Котлеты "Пожарские" с соусом	90/20	31,40	20,40	44,9	490	314,2	45,98	1,16	0,12	0,52
2 Макароны отварные	180	0,5	0,1	31,2	121	14,02	8,5	0,92	0,07	0,21
3 Чай сладкий	200	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0
4 Хлеб	1 кус	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06
Цена: 35,00										

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ

«Утверждаю»
ООО «Фирма Школьная»

«Согласовано»
МБОУ
с 11-18 лет



	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Минеральный состав				Витамины	
					Ca	Mg	Fe	В1 мг	В2 мг	
11 сентября 2024										
Завтрак										
1 Каша манная молочная со сливочным маслом	200/5	4,56	15,45	39	294	156,7	35,15	0,4	0,03	0,14
2 Чай сладкий	200	0,1	9,1	35	0,28	0	0,03	0	0	0
3 Хлеб	1 кус	5,4	0,8	31	150,5	21,2	35,2	1,6	0,14	0,03

Цена: 35,00

	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Минеральный состав				Витамины	
					Ca	Mg	Fe	В1 мг	В2 мг	
12 сентября 2024										
Завтрак										
1 Тестель рыбный с соусом	90/20	31,40	20,40	45	490	314,2	45,98	1,16	0,12	0,53
2 Картофельное пюре	180	0,5	0,1	31	121	14,62	8,5	0,92	0,07	0,21
3 Чай сладкий	200	0,1	9,1	35	0,28	0	0,03	0	0	0
4 Хлеб	1 кус	5,4	0,8	31	150,5	21,2	35,2	1,6	0,14	0,03

Цена: 35,00

	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Минеральный состав				Витамины	
					Ca	Mg	Fe	В1 мг	В2 мг	
13 сентября 2024										
Завтрак										
1 Каша рисовая молочная со слив маслом	200/5	4,56	15,45	39	294	156,7	35,15	0,4	0,03	0,14
2 Чай сладкий	200	0,1	9,1	35	0,28	0	0,03	0	0	0
3 Хлеб	1 кус	5,4	0,8	31	150,5	21,2	35,2	1,6	0,14	0,03

Цена: 35,00

	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Минеральный состав				Витамины	
					Ca	Mg	Fe	В1 мг	В2 мг	
14 сентября 2024										
Завтрак										
1 Котлета из руб курицы с гречкой с соусом	90/20	31,40	20,40	45	490	314,2	45,98	1,16	0,12	0,53
2 Макароны отварные	180	0,5	0,1	31	121	14,62	8,5	0,92	0,07	0,21
3 Чай сладкий	200	0,1	9,1	35	0,28	0	0,03	0	0	0
4 Хлеб	1 кус	5,4	0,8	31	150,5	21,2	35,2	1,6	0,14	0,03

Цена: 35,00

	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Минеральный состав				Витамины	
					Ca	Mg	Fe	В1 мг	В2 мг	
16 сентября 2024										
Завтрак										
1 Каша ячневая молочная со сливочным маслом	200/5	4,56	15,45	39	294	156,7	35,15	0,4	0,03	0,14
2 Чай сладкий	200	0,1	9,1	35	0,28	0	0,03	0	0	0
3 Хлеб	1 кус	5,4	0,8	31	150,5	21,2	35,2	1,6	0,14	0,03

Цена: 35,00

	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Минеральный состав				Витамины	
					Ca	Mg	Fe	В1 мг	В2 мг	
17 сентября 2024										
Завтрак										
1 Плов с курицей	90/180	31,40	20,40	45	490	314,2	45,98	1,16	0,12	0,53
2 Чай сладкий	200	0,1	9,1	35	0,28	0	0,03	0	0	0
3 Хлеб	1 кус	5,4	0,8	31	150,5	21,2	35,2	1,6	0,14	0,03

Цена: 35,00

	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Минеральный состав				Витамины	
					Ca	Mg	Fe	В1 мг	В2 мг	
18 сентября 2024										
Завтрак										
1 "Ежики" из говядины с соусом	90/20	16,08	5,75	65	125	14,50	21,0	0,47	0,13	0,33
2 Гороховое пюре	180	20,1	6	44	314	149,2	95,93	5,51	0,36	0,21
3 Чай сладкий	200	0,1	9,1	35	0,28	0	0,03	0	0	0
4 Хлеб	1 кус	5,4	0,8	31	150,5	21,2	35,2	1,6	0,14	0,03

Цена: 35,00

	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Минеральный состав				Витамины	
					Ca	Mg	Fe	В1 мг	В2 мг	
19 сентября 2024										
Завтрак										
1 Сосиска отварная с соусом	90/40	31,40	20,40	45	490	314,2	45,98	1,16	0,12	0,53
2 Гарнир гречневый	180	0,5	0,1	31	121	14,62	8,5	0,92	0,07	0,21

3 Чай сладкий	200	0,1		9,1	35	0,28	0	0,03	0	0
4 Хлеб	1 кус	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06

Цена: 35,00

20 сентября 2024

		Завтрак									
1	Каша "Дружба" молочная со сливочным маслом	200/5	4,58	15,45	58	294	156,7	35,15	0,4	0,06	0,14
2	Чай сладкий	200	0,1		9,1	35	0,28	0	0,03	0	0
3	Хлеб	1 кус	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06

Цена: 35,00