



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ

«Утверждаю»

ООО «фирма Школьная»

«Согласовано»

МБОУ

с 11.10.2024 г.



| | Завтрак | | | | | Минеральные элеме | | | Витамины | | |
|-----------------|----------------|--------|-------|-------|------|-------------------|-------|-------|----------|--------|------|
| | | белки | жиры | воды | калл | Са | Mg | Fe | B1, мг | B2, мг | |
| 01 октября 2024 | | | | | | | | | | | |
| 1 | Плов с курицей | 50/180 | 31,40 | 20,40 | 45 | 490 | 314,2 | 45,98 | 1,16 | 0,12 | 0,52 |
| 2 | Чай сладкий | 200 | 14,4 | 0,4 | 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

| | Завтрак | | | | | Минеральные элеме | | | Витамины | | |
|-----------------|------------------------------|-------|-------|------|------|-------------------|-------|-------|----------|--------|------|
| | | белки | жиры | воды | калл | Са | Mg | Fe | B1, мг | B2, мг | |
| 02 октября 2024 | | | | | | | | | | | |
| 1 | "Ежики" из говядины с соусом | 90/20 | 18,00 | 5,70 | 0,5 | 125 | 14,92 | 21,6 | 0,47 | 0,14 | 0,52 |
| 2 | Гороховое пюре | 180 | 20,7 | 6 | 44 | 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

| | Завтрак | | | | | Минеральные элеме | | | Витамины | | |
|-----------------|---------------------------|-------|-------|-------|------|-------------------|-------|-------|----------|--------|------|
| | | белки | жиры | воды | калл | Са | Mg | Fe | B1, мг | B2, мг | |
| 03 октября 2024 | | | | | | | | | | | |
| 1 | Сосиска отварная с соусом | 50/40 | 31,40 | 20,40 | 45 | 490 | 314,2 | 45,98 | 1,16 | 0,12 | 0,52 |
| 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 | 0,26 | 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

| | Завтрак | | | | | Минеральные элеме | | | Витамины | | |
|-----------------|--|-------|------|-------|------|-------------------|-------|-------|----------|--------|------|
| | | белки | жиры | воды | калл | Са | Mg | Fe | B1, мг | B2, мг | |
| 04 октября 2024 | | | | | | | | | | | |
| 1 | Каша "Дружба" молочная со сливочным маслом | 200/5 | 4,56 | 15,45 | 39 | 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

| | Завтрак | | | | | Минеральные элеме | | | Витамины | | |
|-----------------|--|-------|-------|-------|------|-------------------|-------|-------|----------|--------|------|
| | | белки | жиры | воды | калл | Са | Mg | Fe | B1, мг | B2, мг | |
| 05 октября 2024 | | | | | | | | | | | |
| 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 | 0,52 |
| 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 | 0,26 | 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

| | Завтрак | | | | | Минеральные элеме | | | Витамины | | |
|-----------------|--|-------|------|-------|------|-------------------|-------|-------|----------|--------|------|
| | | белки | жиры | воды | калл | Са | Mg | Fe | B1, мг | B2, мг | |
| 07 октября 2024 | | | | | | | | | | | |
| 1 | Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом | 200/5 | 4,56 | 15,45 | 39 | 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

| | Завтрак | | | | | Минеральные элеме | | | Витамины | | |
|-----------------|------------------------------|-------|-------|-------|------|-------------------|-------|-------|----------|--------|------|
| | | белки | жиры | воды | калл | Са | Mg | Fe | B1, мг | B2, мг | |
| 08 октября 2024 | | | | | | | | | | | |
| 1 | Котлеты "Пожарские" с соусом | 90/20 | 31,40 | 20,40 | 45 | 490 | 314,2 | 45,98 | 1,16 | 0,12 | 0,52 |
| 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 | 0,26 | 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

| | Завтрак | | | | | Минеральные элеме | | | Витамины | | |
|-----------------|--|-------|------|-------|------|-------------------|-------|-------|----------|--------|------|
| | | белки | жиры | воды | калл | Са | Mg | Fe | B1, мг | B2, мг | |
| 09 октября 2024 | | | | | | | | | | | |
| 1 | Каша манная молочная со сливочным маслом | 200/5 | 4,56 | 15,45 | 39 | 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

| | Завтрак | | | | | Минеральные элеме | | | Витамины | | |
|-----------------|-------------------------|-------|-------|-------|------|-------------------|-------|-------|----------|--------|------|
| | | белки | жиры | воды | калл | Са | Mg | Fe | B1, мг | B2, мг | |
| 10 октября 2024 | | | | | | | | | | | |
| 1 | Тефтель рыбный с соусом | 90/20 | 31,40 | 20,40 | 45 | 490 | 314,2 | 45,98 | 1,16 | 0,12 | 0,52 |
| 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 | 0,26 | 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