



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА  
МЕНЮ

«Утверждаю»

ООО «Фирма Школьная»

«Согласовано»

МБОУ

с 11-18 лет



				Минеральные эле			Витамины		
белки	жиры	воды	калл	Ca	Mg	Fe	1,мг	2, мг	

11 октября 2023

Завтрак

176сб шк14	Каша ячневая молочная со слив маслом	200/5	4,56	15,45	39	294	157	35,2	0,4	0,1	0,1
282сб шк14	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0
	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,1	0,1

Цена: 33,77

12 октября 2023

Завтрак

124сб шк14	Сосиска отварная с соусом кр основ	50/40	31,40	20,40	45	490	314	46	1,16	0,1	0,5
172сб шк14	Гарнир гречневый с морковью	180/5	0,5	0,1	31	121	14,6	8,5	0,92	0,1	0,2
282сб шк14	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0
	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,1	0,1

Цена: 33,77

13 октября 2023

Завтрак

87сб шк14	Тефтели мясные с соусом	90/20	31,40	20,40	45	490	314	46	1,16	0,1	0,5
211сб шк14	Макароньы отварные с морковью	180/5	0,5	0,1	31	121	14,6	8,5	0,92	0,1	0,2
282сб шк14	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0
	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,1	0,1

Цена: 33,77

14 октября 2023

Завтрак

190сб шк14	Каша манная молочная со слив маслом	200/5	4,56	15,45	39	294	157	35,2	0,4	0,1	0,1
282сб шк14	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0
	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,1	0,1

Цена: 33,77

16 октября 2023

Завтрак

176сб шк14	Каша ячневая молочная со сливочным масло	200/5	4,56	15,45	39	294	157	35,2	0,4	0,1	0,1
282сб шк14	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0
	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,1	0,1

Цена: 33,77

17 октября 2023

Завтрак

138сб шк14	Плов из курицы с зеленью	200/5	31,40	20,40	45	490	314	46	1,16	0,1	0,5
282сб шк14	Чай с сахаром	200/10	14,4	9,4	63	401	23,5	222	7,59	0,4	0,2
	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,1	0,1

Цена: 33,77

18 октября 2023

Завтрак

87сб шк14	Тефтели из говядины с соусом кр основ	90/20	18,00	5,70	0,5	125	14,9	21,6	0,47	0,1	0,5
173сб шк14	Гарнир перловый	180	20,7	6	44	314	140	95,9	5,51	0,4	0,2
282сб шк14	Чай с сахаром	200/10	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,1	0,1
	Хлеб пшеничный	30	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0

Цена: 33,77

19 октября 2023

Завтрак

176сб шк14	Каша ячневая молочная со сливочным масло	200/5	4,56	15,45	39	294	157	35,2	0,4	0,1	0,1
282сб шк14	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0
	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,1	0,1

Цена: 33,77

20 октября 2023

Завтрак

101сб шк14	Котлета из рублен курицы с гречко с соусом	90/20	31,40	20,40	45	490	314	46	1,16	0,1	0,5
226сб шк14	Гороховое пюре с маслом	180/5	20,7	6	44	314	140	95,9	5,51	0,4	0,2
282сб шк14	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0
	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,1	0,1

Цена: 33,77