

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

Р.И. Гарифуллин

МЕНЮ на «10» сентября 2025г.

Среда (1 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углев оды	Калори йность
		1-4кл					
1	Сыр порционно	10	74-77	2,63	2,66	0,00	34,33
	Гуляш из говядины	50/50		10,39	14,79	10,30	221,00
	Каша гречневая рассыпчатая	150		3,77	2,29	39,72	214,00
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
	Хлеб ржаной	50		3,30	0,60	19,80	99,00
	Итого	510		20,20	20,36	79,97	609,65
		Выход					
		5-11кл					
2	Сыр порционно	10	69-70	2,63	2,66	0,00	34,33
	Гуляш из говядины	50/50		10,39	14,79	10,30	221,00
	Каша гречневая рассыпчатая	180		4,52	3,75	47,66	256,80
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
	Хлеб ржаной	40		2,64	0,45	15,84	79,20
	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
	Итого	550		21,82	21,86	93,79	679,65
3		Выход					
	Печенье	20	10-30	1,46	2,50	8,8	63,6
	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,99	44,70
	Итого	220		1,6	2,6	19,8	108,3