

с/мш Верхоречье

Утверждаю

Директор

# Меню



21 октября 2024 года

## ЗАВТРАК

для учеников 1-4 классов первая смена

|                       | Наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------|------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|
|                       |                        |              | Б                    | Ж     | У     |                                |
|                       | Икра кабачковая        | 60           | 0,72                 | 2,83  | 4,63  | 46,80                          |
|                       | Омлет натуральный      | 110          | 16,17                | 28,80 | 3,06  | 336,00                         |
|                       | Хлеб пшеничный         | 30           | 2,37                 | 0,30  | 14,49 | 70,50                          |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный   | 30           | 1,98                 | 0,36  | 10,02 | 52,20                          |
|                       | Чай с сахаром          | 180          | 0,06                 | 0,02  | 9,99  | 40,00                          |
|                       | Фрукты свежие (яблоко) | 120          | 0,60                 | 0,60  | 14,70 | 70,50                          |
| Итого цена за завтрак |                        |              |                      |       |       | 73,71 РУБ.                     |

Мед. работник

Повар

Директор

Утверждаю

## Меню

для учащихся льготной категории 5-11 классов

"21 октября 2024 года

### ЗАВТРАК

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|
|                                |              | Б                    | Ж     | У     |                                |
| Икра кабачковая                | 60           | 0,72                 | 2,83  | 4,63  | 46,80                          |
| Омлет натуральный              | 110          | 16,17                | 28,80 | 3,06  | 336,00                         |
| Хлеб пшеничный                 | 30           | 2,37                 | 0,30  | 14,49 | 70,50                          |
| Хлеб ржано-пшеничный           | 30           | 1,98                 | 0,36  | 10,02 | 52,20                          |
| Чай с сахаром                  | 180          | 0,06                 | 0,02  | 9,99  | 40,00                          |

### ОБЕД

|                              |        |       |      |             |        |
|------------------------------|--------|-------|------|-------------|--------|
| Борщ с картофелем            | 250    | 1,65  | 4,01 | 10,75       | 93,60  |
| Плов из птицы                | 50/130 | 15,20 | 8,88 | 32,81       | 272,40 |
| Дополнительный гарнир        | 30     | 1,02  | 3,00 | 5,07        | 51,42  |
| Хлеб пшеничный               | 30     | 2,37  | 0,30 | 14,49       | 70,50  |
| Хлеб ржано — пшеничный       | 30     | 1,98  | 0,36 | 10,02       | 52,20  |
| Чай с сахаром                | 180    | 0,06  | 0,02 | 9,99        | 40,00  |
| Итого цена за завтрак и обед |        |       |      | 112,00 руб. |        |

Мед. работник

Повар