



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУООШ № 11
 В. А. Чемеригин
 (М.П.)
 от 19.10.2022 г.

МЕНЮ

на 24 апреля 20 24 года

Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
ЗАВТРАК						
Масло сливочное (порция)	10	0,08	7,26	0,14	66,00	6,94
Сыр Российский	10	2,32	2,95	0,00	36,00	6,48
Омлет натуральный со сл., маслом	180/6	15,24	21,60	3,96	270,60	64,19
Горошек консервированный со сл., маслом	100	2,83	0,17	5,83	36,83	26,79
Какао с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	8,11
Хлеб пшеничный йодированный	30	1,65	0,27	18,00	72,03	1,95
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,38
Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	9,12
ИТОГО	596					124,96
ОВЗ - обед						
Нарезка из соленого огурца	100	0,80	0,10	1,70	10,00	10,45
Суп крестьянский с крупой	250	1,48	4,92	6,09	76,25	5,43
Мясо духовое (с картофелем и овощами)	50/180	21,67	24,16	20,38	311,10	42,82
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	2,49
Хлеб пшеничный йодированный	30	1,95	0,27	18,00	72,03	1,95
Хлеб ржаной	30	1,65	0,33	13,50	57,00	2,07
Печенье топленое молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,60	4,46
ИТОГО	865					99,97

Повар В. М. Николаева