



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУООШ № 11
 В. А. Чемеригин
 (М.П.)
 от 19.10 20 22 г.

МЕНЮ

на 21 мая 20 24 года

Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена руб.
ЗАВТРАК						
Нарезка из соленых помидор	100	1,12	0,10	3,50	20,00	10,45
Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным	100/20	17,69	5,82/15,14,189,72/34	13,88	173,91	25,58
Каша пшеничная вязкая со сл., маслом	180/6	4,81	5,10	29,50	183,06	7,18
Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	8,61
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	2,3
Хлеб ржаной	25	1,25	0,28	11,25	47,50	1,72
Печенье топленое молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,60	4,46
ИТОГО	676					59,3
ОВЗ - обед						
Нарезка из соленого огурца	100	0,80	0,10	1,70	10,00	10,45
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	1,76/0,13	4,95/1,00	7,89/0,17	89,75/11,25	9,94
Гуляш из говядины	50/50	14,55	16,79	2,89	221,00	66,17
Каша гречневая рассыпчатая со сл., маслом	180/6,48	10,31	7,31	46,37	292,52	13,28
Сок яблочный промышленный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	2,10
Хлеб пшеничный йодированный	40	2,20	0,36	24,00	96,04	2,6
Хлеб ржаной	30	1,50	0,33	13,50	57,00	2,04
ИТОГО	916,48					125,5

Повар В.б. В. М. Николаева.