



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

МЕНЮ

на 22 мая 20 24 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
ЗАВТРАК						
Капуста квашенная	60	1,02	3,00	5,08	51,42	6,96
Плов из курицы	100/150	22,52	11,18	45,57	229,96	62,20
Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	13,76	55,13	1,74
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,3
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	605					82,70
ОВЗ - обед						
Нарезка из соленых помидор	60	0,67	0,06	2,10	12,00	6,24
Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	200	4,39	4,22	13,23	118,60	4,22
Каша ячневая вязкая со сл., маслом	150/5,0	3,35	3,63	22,00	132,39	5,14
Печень по-строгановски	100/50	19,89	16,85	5,28	277,50	57,63
Кисель из св., яблок	200	0,11	0,12	25,09	119,20	5,43
Хлеб пшеничный йодированный	40	2,20	0,36	24,00	96,04	2,6
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,38
ИТОГО	825					82,67

Повар В. М. Николаева