

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА

Директор МОУ *С.В. Осиневская* Утверждаю:

Меню 1 четверг 12-18 лет Для детей 12-18 лет

завтрак

№	Наименование	Выход, (г, мл)	Цена, (руб.)	Эн. цен. (Ккал)	БЖУ (г)
1	Запеканка творожная со сгуз молоком 100/20 творог 9%, молоко сгущенное, крупа манная, сахар, сметана 15% бзмж, сухари панировочные, масло растительное кг, яйцо диетическое, ванилин	120.00	44.18	274.90	Белки - 14.96, Жиры - 8.52, Углеводы - 23.14
2	Хачапури с сыром 60 мука пшеничная в/с, сыр, яйцо диетическое, масло растительное кг, сахар, дрожжи прессованные, соль иодированная	60.00	18.75	205.61	Белки - 14.78, Жиры - 14.85, Углеводы - 37.48
3	Чай с сахаром 200 сахар, чай весовой 250	200.00	2.07	61.02	Белки - 0.10, Жиры - 0.03, Углеводы - 7.46
Итого:			65.00		

Обед

№	Наименование	Выход, (г, мл)	Цена, (руб.)	Эн. цен. (Ккал)	БЖУ (г)
1	Суп с макаронными изделиями с мясом 255 макароны, лук репчатый, морковь, говядина тушеная 325г, масло растительное кг, соль иодированная, паста томатная 25%, приправа, лавровый лист 20 г	255.00	6.39	126.96	Белки - 1.22, Жиры - 1.91, Углеводы - 6.93
2	Кура, запеченная в яйце 80 грудка куриная филе без кожи, яйцо диетическое, масло растительное кг, мука пшеничная в/с, соль иодированная	80.00	39.60	227.62	Белки - 24.31, Жиры - 18.09, Углеводы - 6.12
3	Рагу из овощей 200 капуста белокочанная, морковь, картофель, лук репчатый, масло растительное кг, мука пшеничная в/с, паста томатная 25%, сахар, соль иодированная, лавровый лист 20 г	200.00	15.12	203.12	Белки - 1.85, Жиры - 6.08, Углеводы - 9.86
4	Чай с сахаром 200 для обеда сахар, чай весовой 250	200.00	2.07	61.02	Белки - 0.10, Жиры - 0.03, Углеводы - 7.46
5	Хлеб ржаной 23 хлеб ржаной 600гр	23.00	1.82	44.23	Белки - 7.70, Жиры - 1.50, Углеводы - 37.00
Итого:			65.00		

Директор ООО "Максимум"
Зав. производством

Е.Н. Осиневская

Ефимова В.В.
Ефимова В.В.

Бухгалтер

Е.Н. Осиневская
Е.Н. Осиневская

