

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА

Утверждаю:  
Директор МОУ 

## Меню 1 понедельник 12-18 лет Для детей 12-18 лет

### Завтрак

№	Наименование	Выход, (г, мл)	Цена, (руб.)	Эн. цен. (Ккал)	БЖУ (г)
1	<b>Каша рисовая 200/6</b> молоко, рис пропаренный, шлифованный, масло сливочное 72.5%, сахар, соль иодированная	206.00	18.60	276.47	Белки - 2.92, Жиры - 3.81, Углеводы - 22.06
2	<b>Бутерброд горячий с отварным языком и сыром 25/10/30</b> язык с/м, хлеб "пшеничный" 400 гр, сыр, сметана 15% бзмж, чеснок, соль иодированная, масло растительное кг, лавровый лист 20 г	65.00	33.98	215.49	Белки - 17.86, Жиры - 18.16, Углеводы - 24.16
3	<b>Кофейный напиток на молоке 200</b> молоко, сахар, цикорий растворимый, ванилин	200.00	11.42	144.56	Белки - 1.54, Жиры - 1.60, Углеводы - 12.93
<b>Итого:</b>			64.00		

### Обед

№	Наименование	Выход, (г, мл)	Цена, (руб.)	Эн. цен. (Ккал)	БЖУ (г)
1	<b>Щи из св капусты с картофелем 250</b> капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, морковь, масло растительное кг, соль иодированная, паста томатная 25%, чеснок, приправа, лавровый лист 20 г	250.00	7.29	80.63	Белки - 0.73, Жиры - 1.53, Углеводы - 3.89
2	<b>Шницель свиной 100</b> свинные окорок, лопатка, хлеб "пшеничный" 400 гр, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное кг	100.00	46.41	322.40	Белки - 10.80, Жиры - 34.00, Углеводы - 7.04
3	<b>Макароны отварные 150</b> макароны, масло сливочное 72.5%, соль иодированная	150.00	7.79	213.47	Белки - 3.56, Жиры - 2.91, Углеводы - 25.47
4	<b>Чай с сахаром 200</b> сахар, чай весовой 250	200.00	2.07	61.02	Белки - 0.10, Жиры - 0.03, Углеводы - 7.46
5	<b>Хлеб ржаной 19</b> хлеб ржаной 600гр	19.00	1.44	36.54	Белки - 7.70, Жиры - 1.50, Углеводы - 37.00
<b>Итого:</b>			65.00		

Директор ООО "Максимум"  
Зав. производством

 Е.Н. Осиневская

Бухгалтер

 Ефимова В.В.

Е.Н. Осиневская

