

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА

Утверждаю:
Директор МОУ *С.В. Осиневская*

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

Завтрак

№	Наименование	Выход, (г, мл)	Цена, (руб.)	Эн. цен. (Ккал)	БЖУ (г)
1	Омлет с маслом сливочным 150/3 яйцо диетическое, молоко, масло сливочное 72.5%, масло растительное кг, соль иодированная	153.00	43.46	238.71	Белки - 10.36, Жиры - 11.90, Углеводы - 1.87
2	Бутерброд горячий сыром 20/25 хлеб "пшеничный" 400 гр, сыр, сметана 15% бзмж, чеснок	45.00	19.47	146.61	Белки - 17.87, Жиры - 16.12, Углеводы - 24.84
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	Борщ из св капусты с картофелем 250 свекла, капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, морковь, паста томатная 25%, сахар, масло растительное кг, соль иодированная, приправа, чеснок, лимонная кислота 0,01, лавровый лист 20 г	250.00	9.47	95.60	Белки - 0.77, Жиры - 1.52, Углеводы - 5.37
2	Мясо куриное в сметанно-томатном соусе 50/50 бедро куриное филе, окорочок кур без кожи, медальон из индейки, сметана 15% бзмж, лук репчатый, мука пшеничная в/с, соль иодированная, паста томатная 25%, масло растительное кг, масло сливочное 72.5%	100.00	40.28	191.48	Белки - 17.18, Жиры - 11.48, Углеводы - 4.86
3	Рис отварной 150 рис пропаренный, шлифованный, масло сливочное 72.5%, соль иодированная	150.00	10.70	232.97	Белки - 2.46, Жиры - 3.51, Углеводы - 28.47
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 32 хлеб ржаной 600гр	32.00	2.48	61.54	Белки - 7.70, Жиры - 1.50, Углеводы - 37.00
Итого:			65.00		

Директор ООО "Максимум"
Зав. производством

Е.Н. Осиневская

Бухгалтер

Ефимова В.В.

Е.Н. Осиневская



Е.Н. Осиневская

