УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУСОШ№5

\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.С.Крымская

От\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

МЕНЮ

На 02.09.2024 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб. |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,26 | 0,14 | 66 | 6,39 |
| Сыр Российский | 10 | 2,32 | 2,95 | 0 | 36 | 6,8 |
| Омлет натуральный | 150 | 12,7 | 18 | 3,3 | 225,5 | 35,93 |
| Горошек консервированный | 60 | 1,7 | 0,1 | 3,5 | 22,1 | 16,4 |
| Какао с молоком | 200 | 1,32 | 1,35 | 15,9 | 81 | 7,7 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,1 | 0,18 | 12 | 48,02 | 1,24 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1 | 0,22 | 9 | 38 | 1,32 |
| Зефир | 40 | 0,2 | 0 | 32 | 129,02 | 8,32 |
|  | 200 | 8,60 | 4,00 | 12,40 | 120,00 |  |
| **ИТОГО** | **710.00** | **29.02** | **34.06** | **87.84** | **765.64** | 84.10 |

Шеф-повар Булатова Б.Р.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУСОШ№5

\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.С.Крымская

От\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

МЕНЮ

На 02.09.2024 года

Возрастная категория от 12 до 18 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб. |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,26 | 0,13 | 66.00 | 6,39 |
| Сыр Российский | 10 | 2,32 | 2,95 | 0 | 36.00 | 6,80 |
| Омлет натуральный | 180 | 15,24 | 21.60 | 3,96 | 270,60 | 35,93 |
| Горошек консервированный | 100 | 2.83 | 0,17 | 5.83 | 36.83 | 16,40 |
| Какао с молоком | 200 | 1,32 | 1,35 | 15,90 | 81.00 | 7,70 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 1,65 | 0,27 | 18.00 | 72,03 | 1,24 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1.00 | 0,22 | 9.00 | 38.00 | 1,32 |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |
| **ИТОГО** | **556.00** | **24.44** | **33.81** | **52.82** | **600.46** | 75.78 |

Шеф-повар Булатова Б.Р.