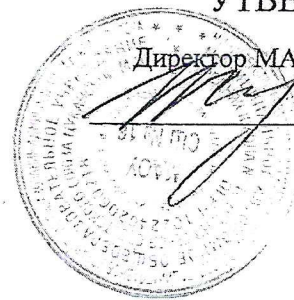


УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ СШ№16

Жарич Л.А.



Меню

День 4

« 19 » декабря 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет лет/12 лет и старше

Выход, г	Наименование	Ед.изм.	Цена, руб.
Завтрак			
60/100	Бутерброд с маслом	пор.	
130/20 150/50	Пудинг из творог, запеченный с изюмом с молоком сгущенным	пор.	
150/200	Чай с молоком	пор.	
50/60	Хлеб пшеничный «Йодовый»	пор.	
40/50	Хлеб ржано-пшеничный «Йодовый»	пор.	
150/150	Фрукты свежие (груша)		
550/600	Пищевая ценность завтрака: Белки-29,04г/24,34г; Жиры -28,02г/24,47г; Углеводы- 90,47г/71,62г; Калорийность – 597,47ккал/723,97ккал		
Стоимость:			
Обед			
60/100	Овощи натуральные свежие (огурец, помидор)	пор.	
200/250	Щи по-уральски (с крупой), с мясом, со сметаной	пор.	
100/120	Рыба (горбуша), запеченная с морковью	пор.	
150/200	Картофельное пюре		
200/200	Напиток витаминизированный «витошка»	Пор.	
50/60	Хлеб пшеничный «Йодовый»	пор.	
30/50	Хлеб ржано-пшеничный	пор.	
910/1045	Пищевая ценность обеда: Белки-31,61/37 г; Жиры -22,15/27,86г; Углеводы- 109,55/122,62г; Калорийность – 770/895,3ккал.		
Стоимость:			
Полдник			
50/50	булочка зерновая	пор.	
200/200	Чай с сахаром	пор.	
100/100	Сок фруктовый (овощной)	Пор.	
450/450	Пищевая ценность полдник: Белки-5,1г/5,1г; Жиры -2г/ 2г; Углеводы- 55,5/55,5г; Калорийность – 260/260 ккал.		
Стоимость:			
Итого:			
1910/2095	Пищевая ценность дня: Белки- 71,14/661,05 г; жиры -57,88/48,62г; Углеводы-268,59/236,67 г; Калорийность – 1879ккал/1627,47ккал.		

Зав производством

Сидяшская С.В.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ СПН №16

Жарич Л.А.

Меню

День 5

« 20 » декабря 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет / 12 лет и старше

Выход, г	Наименование	Ед.изм.	Цена, руб.
Завтрак			
40/20/10 40/20/10	Бутерброд с джемом, с маслом	пор.	
200/5 250/5	Суп молочный с вермишелью	пор.	
150/200	Чай с лимоном	пор.	
50/60	Хлеб пшеничный «Йодовый»	пор.	
40/50	Хлеб ржано-пшеничный «Йодовый»	пор.	
555/627	Пищевая ценность завтрака: Белки-12,6г/14,19г; Жиры -16,07г/17,13г; Углеводы- 100,93г/109,66г; Калорийность – 599,44ккал./650,3ккал		
Стоимость:			
Обед			
60/100	Салат из овощей с кукурузой	пор.	
200/250	Рассольник по-ленинградски	пор.	
100/120	Гуляш	пор.	
150/200	Рис отварной		
200/200	Кисель из плодов или ягод свежих (клюква)	Пор.	
50/60	Хлеб пшеничный «Йодовый»	пор.	
30/50	Хлеб ржано-пшеничный	пор.	
780/940	Пищевая ценность обеда: Белки-26,23/31,67г; Жиры -27,44/35,39г; Углеводы- 115,97/138,07г; Калорийность – 816,2/997,7ккал.		
Стоимость:			
Полдник			
110/110	Фрукты свежие (апельсин)	пор.	
40/40	Булочка розовая	пор.	
200/200	Кисломолочный продукт (ряженка)	Пор.	
300/350	Пищевая ценность полдник: Белки-862г/10,07г; Жиры -6,14г/ 7,74г; Углеводы- 36,91/38,91г; Калорийность – 243,25/271,5 ккал.		
Стоимость:			
Итого:			
1635/1917	Пищевая ценность дня: Белки- 47,45/55,93 г; жиры -49,65/60,26г; Углеводы-253,81/286,64 г; Калорийность – 1658,99ккал/1919,5ккал.		

Зав производством

С.В. Жарич / *Жарич Л.А.*