



ИП Позигун И.Н.

ИП Позигун И.Н.

МБОУ СОШ №14

Директор

СОГЛАСОВАНО



Татарина М.А./

МЕНЮ

1 неделя вторник

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	23	0,89	1,06	2,39
Котлета мясная в соусе	50/10	167	6,02	13,4	4,7
Пюре картофельное	180	145	2,93	4,66	22,9
Хлеб йодированный	65	170	4,94	1,82	33,48
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
Итого:	565	560	14,87	20,97	78,11
Стоимость рациона питания составляет 65 рублей 00 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (1-4 классы)					
Суп с крупой рисовой и картофелем	200	87	1,86	2,05	15,29
Печень, тушенная в сметанном соусе	50/50	148	14,6	7,67	5,26
Макаронные изделия отварные	150	171	5,14	1,88	33,32
Свекла отварная	30	12	0,43	0,03	2,49
Хлеб пшеничный	40	85	2,82	0,34	17,78
Сок витаминизированный	180	86	0	0	21,29
Итого:	700	589	24,85	11,97	95,43
Стоимость рациона питания составляет 100 рублей 00 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (5-11 классы)					
Суп с крупой рисовой и картофелем	250	109	2,32	2,56	19,11
Печень, тушенная в сметанном соусе	50/50	148	14,6	7,67	5,26
Макаронные изделия отварные	180	199	5,98	2,24	38,71
Свекла отварная	40	16	0,57	0,04	3,32
Хлеб пшеничный	50	107	3,52	0,43	22,22
Сок витаминизированный	180	86	0	0	21,29
Итого:	800	665	26,99	12,94	109,91
Стоимость рациона питания составляет 100 рублей 00 копеек					

