



ИП Позигун И.И.

ИП Позигун И.И.

МБОУ СОШ №14

Директор

СОГЛАСОВАНО

/Татарина М.А./

**МЕНЮ**

1 неделя четверг

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>					
Салат из белокочанной капусты	40	32	0,58	1,79	3,42
Рыба (минтай), тушеная в томате с овощами	50/50	129	9,62	3,14	3,45
Рис отварной	180	203	4,23	2,21	41,61
Кофейный напиток	180	20	0	0	4,09
Хлеб йодированный	65	170	4,94	1,82	33,48
<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>554</b>	<b>19,37</b>	<b>8,96</b>	<b>86,05</b>

Стоимость рациона питания составляет 65 рублей 00 копеек

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Обед (1-4 классы)</b>					
Суп с крупой пшениной и картофелем	200	76	1,77	2,1	12,51
Жаркое по-домашнему	200	297	18,95	16,56	18
Икра свекольная	50	55	0,88	3,4	5,4
Хлеб пшеничный	50	107	3,52	0,43	22,22
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>590</b>	<b>25,21</b>	<b>22,52</b>	<b>72,77</b>

Стоимость рациона питания составляет 100 рублей 00 копеек

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Обед (5-11 классы)</b>					
Суп с крупой пшениной и картофелем	250	95	2,21	2,62	15,64
Жаркое по-домашнему	250	309	20,43	18,15	22,5
Икра свекольная	50	55	0,88	3,4	5,4
Хлеб пшеничный	50	107	3,52	0,43	22,22
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>621</b>	<b>27,13</b>	<b>24,63</b>	<b>80,4</b>

Стоимость рациона питания составляет 100 рублей 00 копеек

