



ИП Позигун И.И.

МБОУ СОШ №14

СОГЛАСОВАНО

Директор



/Татарина М.А./

ИП Позигун И.И.

МЕНЮ

1 неделя понедельник

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (5-11 классы)					
Каша манная молочная вязкая	200	294	9,82	11,37	40,09
Какао с молоком	180	87	2,78	2,82	12,64
Сыр твердый	10	40	2,53	3,2	0
Хлеб йодированный	75	196	5,7	2,1	38,63
Фрукты свежие (яблоки)	100	52	0,38	0,35	13,41
Итого:	565	669	21,21	19,84	104,77
Стоимость рациона питания составляет 65 рублей 00 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (1-4 классы)					
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	88	2,11	2,06	15,17
Тефтели в томатном соусе	70/20	165	11,18	13,24	10,14
Каша гречневая рассыпчатая	150	148	5,4	3,3	25,7
Салат овощной	40	24	0,65	1,29	2,23
Хлеб пшеничный	40	85	2,82	0,34	17,78
Чай с сахаром	180	50	0,08	0,03	13,18
Итого:	700	560	22,24	20,26	84,2
Стоимость рациона питания составляет 100 рублей 00 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (5-11 классы)					
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	110	2,64	2,57	18,96
Тефтели в томатном соусе	70/20	165	11,18	13,24	10,14
Каша гречневая рассыпчатая	180	178	6,48	3,96	30,84
Салат овощной	40	24	0,65	1,29	2,23
Хлеб пшеничный	40	85	2,82	0,34	17,78
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
Итого:	800	617	23,86	21,43	94,59
Стоимость рациона питания составляет 100 рублей 00 копеек					

