

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МОУ СОШ с.Варваровка

Н.Н. Левчук

Ежедневное меню (завтраки) для обучающихся 7-11 лет

Школа	МОУ СОШ с. Варваровка			Отд./корп		День	Понедель	05.09.2022	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	лорийно	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1	гор. блюдо	245М/330М	Бефстроганов из отварной говядины, 45/45	90		196,61	14,49	13,55	4,15
		302М/ссж	Рис отварной	160		217,83	4,09	3,29	42,97
	овощи	71М	Подгарнировка из помидоров свежих	20		4,8	0,22	0,04	0,76
	гор.напиток	377М/ссж	Чай с лимоном	187		37,96	0,05	0,01	9,17
	хлеб		Батон йодированный	45		117,54	3,42	1,26	23,13
			ИТОГО:		70руб.00 коп.				
Завтрак 2	выпечка	416 М	Рулет ореховый	50		190,14	4,76	10,03	20,25
	напиток	382М/ссж	Какао с молоком	180		92,08	3,59	2,85	12,71
	фрукт		Яблоко	150		70,5	0,6	0,6	14,7
			ИТОГО:		27руб.00 коп.				

Ежедневное меню (завтраки) для обучающихся 12-18 лет

Школа	МОУ СОШ с. Варваровка			Отд./корп		День	Понедель	05.09.2022	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	лорийно	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1	гор. блюдо	245М/330М	Бефстроганов из отварной говядины, 45/45	100		218,46	16,1	15,05	4,61
		302М/ссж	Рис отварной	180		245,05	4,6	3,7	48,34
	овощи	71М	Подгарнировка из помидоров свежих	20		4,8	0,22	0,04	0,76
	гор.напиток	377М/ссж	Чай с лимоном	200		40,62	0,06	0,01	9,81
	хлеб		Батон йодированный	50		130,6	3,8	1,4	25,7
			ИТОГО:		70руб.00 коп.				
Завтрак 2	выпечка	416 М	Рулет ореховый	50		190,14	4,76	10,03	20,25
	напиток	382М/ссж	Какао с молоком	200		102,31	3,99	3,17	14,12

	фрукт		Яблоко	150		70,5	0,6	0,6	14,7
			ИТОГО:		27руб.00 коп.				