

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МОУ СОШ с.Варваровка

Левчук Н. Н.

Ежедневное меню (завтраки) для обучающихся 7-11 лет

Школа	МОУ СОШ с. Варваровка			Отд./корп			День	Четверг-4	16.11.2022	
Прием пищи	Завтрак -1									
	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	лорийно	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1	гор. блюдо		Подгарнировка из горошка зеленого консервированное	20		8	0,62	0,04	1,3	
		210М/ссж	Омлет натуральный с картофелем	200		278,93	13,74	16,74	18,25	
	фрукты	423М/ссж	Булочка с орехами	50		157,73	4,05	4,14	26,04	
	гор.напиток	14М	Масло порциями	10		66,09	0,08	7,25	0,13	
	Хлеб	б/н/ссж	Чай из шиповника	180		58,09	0,17	0,07	13,39	
			Батон йодированный	20		52,24	1,52	0,56	10,28	
			Фрукты (апельсин)	100		47	0,4	0,3	10,3	
					70руб.00 коп.					
		Завтрак-2								
Завтрак 2	выпечка	406/466	Пирожки с рисом и яйцом	50		123,73	6,1	3,93	16	
	напиток	382М/ссж	Какао с молоком	180		92,08	3,59	2,85	12,71	
	фрукт		Фрукты мандарин	150		57	1,2	0,3	11,25	
			ИТОГО:		27руб.00 коп.					

Ежедневное меню (завтраки) для обучающихся 12-18 лет

Школа	МОУ СОШ с. Варваровка			Отд./корп			День	Четверг-4	16.11.2022
Прием пищи	Завтрак-1								
	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	лорийно	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1	гор. блюдо		Подгарнировка из горошка зеленого консервированно	20		8	0,62	0,04	1,3
		210М/ссж	Омлет натуральный с картофелем	225		283,77	13,03	16,63	20,4
	фрукты	423М/ссж	Булочка с орехами	50		157,73	4,05	4,14	26,04

	гор.напиток	14М	Масло порциями	10		66,09	0,08	7,25	0,13
	Хлеб	б/н/ссж	Чай из шиповника	200		64,54	0,19	0,08	14,88
			Батон йодированный	30		78,36	2,28	0,84	15,42
Завтрак 2			Фрукты (апельсин)	100		47	0,4	0,3	10,3
						70 руб.00 коп.			
	Завтрак-2								
	выпечка	406/466	Пирожки с рисом и яйцом	50		123,73	6,1	3,93	16
	напиток	382М/ссж	Какао с молоком	200		102,31	3,99	3,17	14,12
	фрукт		Фрукты (апельсин)	150		57	1,2	0,3	11,25
			ИТОГО:			27руб.00 коп.			