

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				
						05.12.2022			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийносп	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1	гор. блюдо	245М/330М	Бефстроганов из отварной курицы	90	46,00	196,61	14,49	13,55	4,15
	гор. блюдо	302М/ссж	Рис отварной	160	7,00	217,83	4,09	3,29	42,97
		71М	Подгарнирка из помидоров свежих	20	3,00	4,80	0,22	0,04	0,76
	хлеб		батон йодированный	45	3,00	117,54	3,42	1,26	23,13
	гор.напиток	377М	Чай с лимоном	187	4,00	37,96	0,05	0,01	9,17
			ИТОГО:		70,00				
Завтрак 2	выпечка	416М	Рулет ореховый	50	5,50	127,00	4,2	2,49	21,83
	сладкое	382М/ссж	Какао с молоком	180	8,00	63,80	0,19	0,04	16,31
	фрукт		Яблоко	150	11,50	45,15	0,95	0,21	8,51
			ИТОГО:		27,00				

Ежедневное меню (завтраки) для обучающихся 12-18 лет

Школа	МОУ СОШ с. Варваровка			Отд./корп	День				
						05.12.2022			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийносп	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1	гор. блюдо	245М/330М	Бефстроганов из отварной курицы	90	46,00	196,61	14,49	13,55	4,15
	гор. блюдо	302М/ссж	Рис отварной	160	7,00	217,83	4,09	3,29	42,97
		71М	Подгарнирка из помидоров свежих	20	3,00	4,80	0,22	0,04	0,76

	хлеб		батон йодированный	45	3,00	117,54	3,42	1,26	23,13
	гор.напиток	377М	Чай с лимоном	187	4,00	37,96	0,05	0,01	9,17
			ИТОГО:		70,00				
Завтрак 2	выпечка	416М	Рулет ореховый	50	5,50	127,00	4,2	2,49	21,83
	сладкое	382М/ссж	Какао с молоком	180	8,00	63,80	0,19	0,04	16,31
	фрукт		Яблоко	150	11,50	45,15	0,95	0,21	8,51
			ИТОГО:		27,00				