

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	Среда	29.09.2022	
Прием пищи	Завтрак -1								
	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	лорийно	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1	гор. блюдо		Подгарнировка из свежих огурцов	40		4,40	0,28	0,04	0,76
		210М/ссж	Омлет натуральный с картофелем	240		365,61	8,19	20,62	18,9
	фрукты	423М/ссж	Батон йодированный	50		130,60	3,80	1,4	25,70
	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
			Зефир	30		113,70	0,60	3,12	20,67
					70руб.00 коп.				
	Завтрак-2								
Завтрак 2	выпечка	406/466	Пирожок с капустой	50		105,00	3,10	3,00	16,3
	напиток	382М/ссж	Напиток кисломолочный «Снежок»	200		115,61	3,99	3,17	17,45
	фрукт		Яблоко	150		70,50	0,60	0,60	17,70
			ИТОГО:		27руб.00 коп.				

Ежедневное меню (завтраки) для обучающихся 12-18 лет

Школа	МОУ СОШ с. Варваровка			Отд./корп		День	Среда	29.09.2022	
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	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 (Киви)	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 мандарин	150		57	1,2	0,3	11,25
						ИТОГО: 27руб.00 коп.			