

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	Среда-4	13.12.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1	гор. блюдо	206К/ссж	Запеканка рисовая с творогом и соусом ягодным	230		407.49	11.61	8.26	71.2
		15М	Сыр порционный	15		45	3.07	3.45	0.37
	фрукты		Фрукты (яблоки)	100		47	0.4	0.4	9.8
	гор.напиток	419К/ссж	Кофейный напиток из цикория с молоком	180		86.25	3.13	2.7	12.17
	хлеб		Батон йодированный	45		117.54	3.42	1.26	23.13
			ИТОГО:		70руб.00 коп.				
Завтрак 2	выпечка	410М	Ватрушка с творогом	50		152.21	6.72	3.73	22.8
		386	Сок ягодный	180		82.8	0.9	0.18	18.18
	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	Среда-4	13.10.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы

Завтрак 1	гор. блюдо	206К/ссж	Запеканка рисовая с творогом и соусом ягодным	250		442.9	12.62	8.97	77.38
		15М	Сыр порционный	15		45	3.07	3.45	0.37
	фрукт		Фрукты (яблоки)	100		47	0.4	0.4	9.8
	гор.напиток	379М	Кофейный напиток с молоком	200		107.88	3.9	3	17.28
	хлеб		Батон йодированный	50		130.6	3.8	1.4	25.7
			ИТОГО:			70руб.00 коп.			
Завтрак 2	выпечка	410М	Ватрушка створогом	50		152.21	6.72	3.73	22.8
	напиток	386	Сок ягодный	200		92	1	0.2	20.2
	фрукт		Фрукты мандарин	150		57	1.2	0.3	11.25
			ИТОГО:			27руб.00 коп.			