

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МКОУ Леушинская СОШ

15 января 2025г



МЕНЮ
 на 16 января 2025 года

№ п/п	наименование блюда	для нелыготной категории										
		с 7-11 лет выход ,гр.	Белки,г.	Жиры,г.	Углеводы,г.	ЭН/ц	цена порции	с 11-17 лет выход ,гр.	Белки,г.	Жиры,г.	Углеводы,г.	ЭН/ц
ЗАВТРАК												
1	Запеканка из творога с молоком сгущенным	210	18	13	26	292		240	20	14	29	321,3
2	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63		40	5,1	4,6	0,3	63
3	Чай с сахаром с лимоном	207	0,1	0	15	61		207	0,1	0	15	61
4	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	20	94		50	3,8	0,4	25	117,5
5	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8		10	0,1	8,2	0,1	74,8
Итого за прием пищи		507	26,3	26,1	61,4	584,8	0	547	29,1	27,2	69,4	637,6
для льготной категории												
ЗАВТРАК												
1	Запеканка из творога с молоком сгущенным	210	18	13	26	292		240	20	14	29	321,3
2	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63		40	5,1	4,6	0,3	63
3	Чай с сахаром с лимоном	207	0,1	0	15	61		207	0,1	0	15	61
4	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	20	94		50	3,8	0,4	25	117,5
5	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8		10	0,1	8,2	0,1	74,8
Итого за прием пищи		507	26,3	26,1	61,4	584,8	0	547	29,1	27,2	69,4	637,6
ОБЕД												
1	Салат из сырых овощей (капуста,морковь, помидоры,огурцы,масло растительное)	60	0,7	3,7	2,2	48,75		100	0,9	4,9	3	65
2	Суп картофельный с рыбой (филе щуки)	200	7,9	3,9	12	114,8		250	9,9	4,8	15	143,5
3	Тефтели с рисом из говядины с соусом	140	11	17	13	257,83		150	12	19	14	276,25
4	Макароньы отварные с овощами	150	3	7,8	23	174		180	3,6	9,4	28	208,8
5	Кисель из свежих ягод	200	0,2	0,1	22	87		200	0,2	0,1	22	87
6	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	20	94		50	3,8	0,4	25	117,5
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	14	72,4		50	3,3	0,6	17	90,5
Итого за прием пищи		830	28,4	33,3	106,2	848,78	0	980	33,7	39,2	124	988,55
Итого за день		1337	54,7	59,4	167,6	1433,6	0	1527	62,8	66,4	193,4	1626,2

Зав.столовой

Тангочина

М.А.Тангочина