

Директор МБОУ "Гостеприимная СОШ"



А.М. Аглиуллин

Ежедневное меню на: 20.06.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 7-11 лет		54-6о	Яйцо вареное	40	15.00	57	5	4	0
	гор.напиток	54-21гн	Какао с молоком	200	12.69	100	5	4	13
		53-19з	Масло сливочное (порциями)	15	18.75	99	0	11	0
		54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	31.50	108	7	9	0
	хлеб	Пром	хлеб пшеничный йодированный	50	3.75	117	4	0	25
		Пром	хлеб ржано- пшеничный	50	2.11	98	3	1	20
		Пром	Апельсин	120	28.80	45	1	0	10
			Итого	505	113	624	25	29	67
Обед 7-11 лет	1 блюдо	36	Суп бабушкин	250	25.15	208	8	14	12
	2 блюдо	1	Пирожки печеные с мясом (курник)	135	54.75	319	18	9	42
	закуска	1	Салат фруктовый с йогуртом	80	22.35	50	2	1	8
	сладкое	54-32хн	Компот из свежих яблок	250	10.32	52	0	0	12
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный йодированный	70	5.25	164	5	1	34
	хлеб черн.	Пром	хлеб ржано- пшеничный	50	2.11	98	3	1	20
			Итого	835	120	890	36	25	129
Завтрак 12-18 лет		54-6о	Яйцо вареное	40	15.00	57	5	4	0
	гор.напиток	54-21гн	Какао с молоком	250	14.54	126	6	4	16
		53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	20.04	132	0	15	0
		54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	31.50	108	7	9	0
	хлеб	Пром	хлеб пшеничный йодированный	70	3.06	164	5	1	34
		Пром	хлеб ржано- пшеничный	70	2.11	137	5	1	28
		Пром	Апельсин	150	28.80	57	1	0	12
			Итого	630	115	780	29	34	91
Обед 12-18 лет	1 блюдо	36	Суп бабушкин	280	26.44	232	9	16	14
	2 блюдо	1	Пирожки печеные с мясом (курник)	135	54.75	319	18	9	42
	закуска	1	Салат фруктовый с йогуртом	100	23.58	62	3	2	10
	сладкое	54-32хн	Компот из свежих яблок	210	9.68	44	0	0	10
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный йодированный	100	5.25	234	8	1	49
	хлеб черн.	Пром	хлеб ржано- пшеничный	100	2.11	196	7	1	40
			Итого	925	122	1087	44	28	165