

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 22 п. Октябрьский
 " 23 " 12 2024 г.



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 22 п. Октябрьский
 Дата 23.12.2024
 День: понедельник
 Неделя: 1
 Номер дня недели: 1
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда выход в граммах	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена блюда
ЗАВТРАК							
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90	14,00 Р
2.	Омлет натуральный	170	14,86	20,48	2,81	308,96	45,00 Р
3.	Сыр порциями	15	3,90	3,99	0,00	51,51	12,00 Р
4.	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	10,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,54	55,81	2,00 Р
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50 Р
7.	Яблоко свежее	120	0,50	0,50	12,25	55,50	10,00 Р
	Всего:	615	29,63	31,47	62,23	707,72	
ОБЕД							
1.	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,57	53,57	14,00 Р
2.	Борщ с картофелем	200	2,00	6,50	13,44	120,26	20,00 Р
3.	Вок " Курица с рисом и овощами"	180	10,08	18,54	33,66	258,00	52,00 Р
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80	10,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего:	720	18,714	26,026	114,894	686,758	

Директор МБОУ СОШ № _____
 Зав. производством ИП Лыбзикова Т.В. 

