

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ №1

им. В.Г. Недошивина с. Ермолаево:

А.С. Самсоненко

Меню: 10 марта 2023 г.



ЗАВТРАК (1-4 школа, льгота)		Масса порции	Б	Ж	У	Эн. ценность
1	Каша рисовая	150/10	4,56	6,33	32,19	204,42
2	Сыр ( порциями)	10	2,63	2,66	0	35
3	Чай с лимоном и сахаром	200	0,07	0	10,05	39,97
4	Кисломолочный продукт	138	4	4,4	5,7	79
5	Хлеб пшенич.	50	4	0,5	25	118
6	Апельсин	210	1,9	0,4	17	76
						<b>ИТОГО:64,44 р.</b>
ОБЕД (1-4 льгота)						
1	Рассольник ленинградский со сметаной	150/5	2,09	5,01	13,9	109,7
2	Томатный соус	50	2,21	3,41	36,13	39,97
3	Биточки куриные	60	10	11	8	171
4	Макаронные изделия	150/5	3,95	6,09	26,5	177,19
5	Чай с сахаром	200	0	0	9,98	39,9
6	Хлеб пшеничный	30	3,6	0,45	24,75	117
7	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	13,3	66
	Яблоко	65	0,3	0,3	6,4	31
						<b>ИТОГО: 72,54 р.</b>

ЗАВТРАК (5-11 льгота)		Масса порции	Б	Ж	У	Эн. ценность
1	Каша рисовая	180/10	5,5	10,5	38,7	271,85
2	Сыр ( порциями)	10	2,63	2,66	0	35
3	Чай с лимоном и сахаром	200	0,07	0,01	10,19	42,28
4	Кисломолочный продукт	150	4,3	4,8	6,1	86
5	Хлеб пшенич.	50	4	0,5	25	118
6	Апельсин	230	2,1	0,5	18,6	83
						<b>ИТОГО: 73,20 р.</b>
ОБЕД (5-11 льгота, СВО)						
1	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	2,09	5,01	13,9	109,7
2	Томатный соус	50	2,21	3,41	36,13	39,97
3	Биточки куриные	60	10	11	8	171
4	Макаронные изделия	150/5	6,6	5,05	40,3	238
5	Чай с сахаром	200	0	0	9,98	39,9
6	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	25	118
7	Хлеб ржаной	40	2,4	0,4	17,8	87
8	Яблоко	120	0,5	0,5	12,3	59
						<b>ИТОГО: 84,45 р.</b>
ОБЕД (5-11 школа)						
1	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	2,09	5,01	13,9	109,7
2	Томатный соус	50	2,21	3,41	36,13	39,97
3	Биточки куриные	60	10	11	8	171
4	Макаронные изделия	150/5	6,6	5,05	40,3	238
5	Чай с сахаром	200	0	0	9,98	39,9
6	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	25	118
7	Хлеб ржаной	40	2,4	0,4	17,8	87
						<b>ИТОГО: 70,29 р.</b>

Повар: Н.В. Кичигин