



МЕНЮ

МБОУ "Покровская СОШ"

Директор

В.А.Степанова

25 марта 2025 г.

| День | № урока | Наименование блюд | Цена | Выход | Белки | Жиры | Углевод ы | Калл |
|-----------------|---------|--|--------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| 7-11 лет | | | | | | | | |
| 8 день | | 8 день Завтрак | | | | | | |
| | 54-1з | Сыр твердых сортов в нарезке | 10 | 10 | 2,3 | 3 | 0 | 35,8 |
| | 54-21к | Каша вязкая молочная ячневая | 28,6 | 200 | 7,20 | 9,30 | 34,10 | 249,00 |
| | 54-23гн | Кофейный вапиток с молоком | 11 | 200 | 3,9 | 2,9 | 11,2 | 86 |
| | Пром. | Мандарин | 18 | 100 | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 37,8 |
| | Пром. | Хлеб пшеничный | 1,43 | 20 | 1,52 | 0,2 | 9,84 | 46,9 |
| | Пром. | Хлеб ржаной | 1,18 | 20 | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 34,2 |
| | | итого за завтрак | 69,21 | 550 | 17,12 | 15,8 | 69,94 | 489,7 |
| | | Обед | | | | | | |
| | 54-7з | Салат из белокачанной капусты | | 60 | 1,50 | 6,10 | 6,20 | 85,80 |
| | 54-2с | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | | 200 | 4,70 | 5,70 | 10,10 | 110,40 |
| | 54-6 м | Биточек из говядины | | 90 | 16,4 | 15,7 | 14,8 | 265,7 |
| | 54-4 г | Каша гречневая рассыпчатая | | 150 | 8,2 | 6,3 | 35,9 | 233,7 |
| | 54-32хн | Компот из свежих яблок | | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,9 | 41,6 |
| | Пром. | Хлеб пшеничный | | 40 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,8 |
| | Пром. | Хлеб ржаной | | 40 | 2,6 | 0,5 | 13,4 | 68,3 |
| | | итого за обед | | 780 | 36,6 | 34,7 | 110 | 899,3 |
| | | Полдник | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 1430 | 53,72 | 50,50 | 179,94 | 1389,00 |

Повар

Н.А.Жаворонкова

