



Гласовано:
Генеральный директор ОАО «Исток»
Григорьевич А.М.
» 2024г.



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 29
» 2024г.

МЕНЮ

На 27 Ноября 2024г

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

| Наименование блюда | Вес, гр | Белки | Жиры | Углеводы | К/кал | Цена |
|--------------------|---------|-------|------|----------|-------|------|
|--------------------|---------|-------|------|----------|-------|------|

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ
предварительное накрытие для 1-4 классов

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

| | | | | | | | |
|---|--------------------------------------|---------|-------|-------|--------|--------|--------|
| 9 | Тефтели 2-ой вариант | 1/90 | 10,69 | 15,53 | 15,91 | 245,63 | 73-79 |
| 1 | Соус сметанный 15% жирности | 1/30 | 0,44 | 1,57 | 1,87 | 23,34 | 2-16 |
| 3 | Макаронные изделия отварные с маслом | 1/150/5 | 5,40 | 6,30 | 36,60 | 225,0 | 8-08 |
| 2 | Кисель из яблок | 1/200 | 0,12 | 0,00 | 30,12 | 121 | 7-80 |
| 2 | Хлеб пшеничный | 1/30 | 2,37 | 0,30 | 14,5 | 71,0 | 1-64 |
| 4 | Хлеб ржано- пшеничный | 1/20 | 1,32 | 0,24 | 8,6 | 40,4 | 1-13 |
| 1 | Горох овощной отварной | 1/100/5 | 0,59 | 1,23 | 1,6 | 19,86 | 43-48 |
| | итого | 525 | 20,44 | 23,94 | 107,60 | 726,37 | 138-08 |

ГОРЯЧИЙ ОБЕД

| Наименование блюда | Вес, гр | Белки | Жиры | Углеводы | К/кал | Цена | |
|-----------------------------------|--------------------------------------|----------|-------|----------|-------|--------|-------|
| Щи из свежей капусты с картофелем | 1/200/5 | 1,28 | 3,94 | 9,20 | 117,4 | 9-30 | |
| 4 | Котлеты или биточки рыбные | 1/90/5 | 13,32 | 16,92 | 10,44 | 246,6 | 37-28 |
| 2 | Каша рассыпчатая пшеничная | 1/150 | 6,58 | 5,06 | 41,29 | 237 | 6-16 |
| 2 | Чай с сахаром | 1/200/15 | 0,10 | 0,00 | 15,0 | 60,0 | 2-10 |
| 2 | Хлеб пшеничный | 1/30 | 2,37 | 0,3 | 14,5 | 71,0 | 1-64 |
| 4 | Хлеб ржано-пшеничный | 1/20 | 1,32 | 0,24 | 8,6 | 40,4 | 1-13 |
| 1/71 | Овощи натуральные свежие или соленые | 1/60 | 0,48 | 0,12 | 1,92 | 10,8 | 8-25 |
| | итого | 775 | 24,97 | 26,46 | 99,03 | 772,40 | 65-86 |

Технолог:

Варданян О.Е.