



Утверждено:
 Генеральный директор ОАО «Исток»
 Варданян О.Е.
 _____ 2024г.



Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ № 29
 «_____» _____ 2024г.

МЕНЮ
 На 29 ноября 2024г
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

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

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ
 предварительное накрытие для 1-4 классов

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

/71	Овощи натуральные свежие или соленые	1/60	0,48	0,12	1,92	10,8	8-25
5	Котлета рубленая из бройлер -цыплят	1/90/5	13,68	20,34	13,32	291,6	45-64
4	Рис отварной	1/150/5	3,77	6,11	41,4	235,65	12-14
9	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,08	0,0	21,82	87,6	6-40
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
	итого	560	21,22	26,99	99,64	726,25	75-20

ГОРЯЧИЙ ОБЕД

	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
/109	Суп картофельный с клецками	1/200	4,18	5,02	23,2	175,8	10-00
9	Рыба, тушенная в томате с овощами	1/90/50	12,74	6,72	6-72	238,6	47-89
2	Пюре картофельное	1/150	3,12	5,10	18,57	132,6	17-91
2	Чай с сахаром	1/200/15	0,1	0,0	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
/71	Овощи натуральные свежие или соленые	1/60	0,48	0,12	1,92	10,8	8-25
	итого	965	23,83	17,38	86,59	718,40	88-92

Технолог:

Варданян О.Е.