

Меню на 22.10 2023г.

7-11 лет

ЗАВТРАК

ОБЕД

№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории	№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории
1	Макаронные изд. отварные	150	168,4	1	Фрукты (яблоки, персики, черешня, сливы, абрикосы)	100	47
2	Компот из сухофруктов	200	54,85	2	Икра свекольная	60	71,38
3	Хлеб ржаной	25	54,85	3	Суп из овощей со сметаной 200/5	205	84,2
4	Котлета дом. с соусом 90/65	155	275	4	Поджарка из рыбы	90	164,8
5	Нарезка из свежих огурцов	60	7,2	5	Сок фруктовый	200	84,8
Итого		590	586,45	6	Хлеб пшеничный	35	80,36
Цена: 94,59				7	Хлеб ржаной	35	76,75
				8	Пюре карт.	150	172,9
				Итого		875	782,19
				Цена: 123,71			

12 лет и старше

ЗАВТРАК

ОБЕД

№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории	№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории
1	Макаронные изд. отварные	180	202,1	1	Фрукты (яблоки, персики, черешня, сливы, абрикосы)	100	47
2	Компот из сухофруктов	200	81	2	Икра свекольная	100	118,94
3	Хлеб ржаной	35	76,75	3	Суп из овощей со сметаной 250/5	255	103,2
4	Котлета дом. с соусом 90/65	155	275	4	Поджарка из рыбы	100	183,1
5	Нарезка из свежих огурцов	60	7,2	5	Сок фруктовый	200	84,8
6	Хлеб пшеничный	20	45,9				
Итого		650	687,95	6	Хлеб пшеничный	35	80,36
Цена: 100,63				7	Хлеб ржаной	35	76,75
				8	Пюре карт.	180	207,4
				Итого		1005	901,55
				Цена: 123,71			

Директор МБОУ СОШ № 23

Старший повар



Е.В. Носок

Н.В. Зарипова