

**Меню** на 11.10 2023г.  
7-11 лет

**ЗАВТРАК**

**ОБЕД**

№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории	№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории
1	Омлет с сыром	120	278	1	Нарезка из свежих помидоров	60	13,1
2	Кофейный напиток	200	86	2	Суп из овощей со сметаной	205	84,2
3	Хлеб пшеничный	25	57,4	3	Макарон. изделия отварные	150	168,4
4	Кондитерское изделие (печ)	30	105,6	4	Биточек из говяд. с соус 90/54	144	291,6
5	Фрукты (яблоки, персики, черешня, сливы, абрикосы)	100	47	5	Сок фруктовый	200	84,8
6	Нарезка из соленых огурцов	60	6	6	Хлеб пшеничный	35	80,36
<b>Итого</b>		<b>535</b>	<b>580</b>	7	Хлеб ржаной	35	76,75
<b>Цена: 100,13</b>				<b>Итого</b>		<b>829</b>	<b>799,21</b>
				<b>Цена: 132,69</b>			

12 лет и старше

**ЗАВТРАК**

**ОБЕД**

№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории	№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории
1	Омлет с сыром	150	347,4	1	Нарезка из свежих помидоров	100	21,8
2	Кофейный напиток с молоком	200	62	2	Суп из овощей со сметаной	250/5	103,2
3	Хлеб пшеничный	35	86	3	Макарон. изделия отварные	180	202,1
4	Кондитерское изделие (печ)	45	155	4	Биточек из говяд. с соус 100/60	160	324
5	Фрукты (яблоки, персики, черешня, сливы, абрикосы)	100	47	5	Сок фруктовый	200	84,8
6	Нарезка из соленых огурцов	60	6	6	Хлеб пшеничный	35	80,36
<b>Итого</b>		<b>585</b>	<b>719,28</b>	7	Хлеб ржаной	35	76,75
<b>Цена: 114,97</b>				<b>Итого</b>		<b>965</b>	<b>893,01</b>
				<b>Цена: 151,09</b>			

Директор МБОУ СОШ № 23

Старший повар



Е.В. Носок

Н.В. Зарипова