

Меню на 12.10 2023г.

7-11 лет

ЗАВТРАК

ОБЕД

№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории	№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории
1	Плов из мяса 75/150	225	483	1	Нарезка из соленых помидор	60	12
2	Кисель из вишни (свежеморож.)	200	52,9	2	Щи из свежей капусты с картоф. со сметаной	205	79,8
3	Хлеб пшеничный	25	57,4	3	Картофель отварной с маслом сливочным	150	150
5	Нарезка из свежих огурцов	60	7,2	4	Хлеб пшеничный	35	80,36
Итого		515	600,5	5	Хлеб ржаной	35	76,75
Цена: 88,87				6	Котлеты рыбные с маслом	110	256
				7	Напиток из шиповника	200	65,3
				8	Фрукты (яблоки, персики, черешня, сливы, абрикосы)	100	47
				Итого		895	767,21
				Цена: 107,81			

12 лет и старше

ЗАВТРАК

ОБЕД

№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории	№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории
1	Плов из мяса 85/170	255	547,4	1	Нарезка из соленых помидор	100	12
2	Кисель из вишни (свежеморож.)	200	52,9	2	Щи из свежей капусты с картоф. со сметаной	255	79,8
3	Хлеб пшеничный	35	80,36	3	Картофель отварной с маслом сливочным	180	150
5	Нарезка из свежих огурцов	60	7,2	4	Хлеб пшеничный	50	80,36
Итого		550	687,86	5	Хлеб ржаной	60	76,75
Цена: 97,07				6	Котлеты рыбные с маслом	110	256
				7	Напиток из шиповника	200	65,3
				8	Фрукты (яблоки, персики, черешня, сливы, абрикосы)	100	47
				Итого		855	900,14
				Цена: 124,17			

Директор МБОУ СОШ № 23

Старший повар



Е.В. Носок

Н.В. Зарипова