

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «СОШ п. Опытный»
 Г.Г. Фадеева



МЕНЮ на 18 марта 2022 года

Наименование	Цена	Выход (грамм)	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийно сть
ЗАВТРАК						
Каша молочная гречневая с маслом	7-73	150/5	6,75	7,65	31,2	222,00
Чай с молоком	5-27	200	1,6	1,65	17,36	86,00
Хлеб пшеничный	2-08	40	3,04	0,34	19,44	96,00
Масло сливочное порциями	5-92	10	0,05	8,25	0,08	75,00
	21-00					479,00
ОБЕД (абонемент №1) 5-11 классы						
Винегрет овощной	8-89	100	1,36	10,12	7,53	126,66
Жаркое по-домашнему	42-06	250	17,57	42,14	23,68	547,00
Компот из свежих яблок	5-10	200	0,16	0,16	27,87	109,00
Хлеб ржаной	1-24	30(1 кус)	1,41	0,3	0,3	63,00
	57-29					845,66
ОБЕД (абонемент №2) 5-11 классы						
Винегрет овощной	8-89	100	1,36	10,12	7,53	126,66
Рассольник Ленинградский со сметаной	11-47	250/10	2,31	5,99	17,36	135,00
Жаркое по-домашнему	42-06	250	17,57	42,14	23,68	547,00
Компот из свежих яблок	5-10	200	0,16	0,16	27,87	109,00
Хлеб ржаной	2-48	60(2 кус)	2,82	0,60	0,60	126,00
	70-00					1043,66

Шеф-повар:  /В.В.Белкова/