

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «СОШ п. Опытный»

 Г.Г. Фадеева

МЕНЮ на 30 марта 2022 года



Наименование	Цена	Выход (грамм)	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийно сть
ЗАВТРАК						
Запеканка творожная со сгущенкой	36-88	130/20	27,29	12,25	23,45	317,00
Чай с лимоном	2-58	222	0,26	0,06	15,2	59,00
	39-46					376,00
ОБЕД (абонемент №1) 5-11 классы						
Салат из квашеной капусты	13-48	100	1,706	5,0	8,45	85,7
Рыба припущенная с овощами	45-26	100	16,07	6,95	0,81	129,55
Картофельное пюре	16-10	200	4,63	11,36	26,44	242,00
Компот из изюма	3-16	200	0,36	0	33,16	128,00
Хлеб ржаной	1-36	30(1 кус)	1,41	0,3	0,3	63,00
	79-36					648,25
ОБЕД (абонемент №2) 5-11 классы						
Салат из квашеной капусты	13-48	100	1,706	5,0	8,45	85,7
Суп картофельный с макаронными изделиями	7-67	250	2,84	5,37	20,84	146,00
Рыба припущенная с овощами	45-26	100	16,07	6,95	0,81	129,55
Картофельное пюре	16-10	200	4,63	11,36	26,44	242,00
Компот из изюма	3-16	200	0,36	0	33,16	128,00
Хлеб ржаной	2-73	60(2 кус)	2,82	0,60	0,60	126,00
	88-40					857,25

Шеф-повар:

/В.В. Белкова/