

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ п. Опытный»

Г.Г. Фадеева

**МЕНЮ на 29 апреля 2022 года**



| Наименование                               | Цена         | Выход<br>(грамм) | Белки | Жиры  | Углеводы | Калорийность   |
|--|--------------|------------------|-------|-------|----------|----------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                             |              |                  |       |       |          |                |
| Каша молочная гречневая с маслом           | 10-30        | 150/5            | 6,75  | 7,65  | 31,2     | 222,00         |
| Чай с молоком                              | 5-50         | 200              | 1,6   | 1,65  | 17,36    | 86,00          |
| Хлеб пшеничный                             | 2-36         | 40               | 3,04  | 0,34  | 19,44    | 96,00          |
| Масло сливочное порциями                   | 6-75         | 10               | 0,05  | 8,25  | 0,08     | 75,00          |
|  | <b>24-91</b> |                  |       |       |          | <b>479,00</b>  |
| <b>ОБЕД (абонемент №1)<br/>5-11 классы</b> |              |                  |       |       |          |                |
| Винегрет овощной                           | 10-90        | 100              | 1,36  | 10,12 | 7,53     | 126,66         |
| Жаркое по-домашнему                        | 51-07        | 250              | 17,57 | 42,14 | 23,68    | 547,00         |
| Компот из свежих яблок                     | 5-86         | 200              | 0,16  | 0,16  | 27,87    | 109,00         |
| Хлеб ржаной                                | 1-45         | 30(1 кус)        | 1,41  | 0,3   | 0,3      | 63,00          |
|  | <b>69-28</b> |                  |       |       |          | <b>845,66</b>  |
| <b>ОБЕД (абонемент №2)<br/>5-11 классы</b> |              |                  |       |       |          |                |
| Винегрет овощной                           | 10-90        | 100              | 1,36  | 10,12 | 7,53     | 126,66         |
| Рассольник Ленинградский со сметаной       | 15-98        | 250/10           | 2,31  | 5,99  | 17,36    | 135,00         |
| Жаркое по-домашнему                        | 51-07        | 250              | 17,57 | 42,14 | 23,68    | 547,00         |
| Компот из свежих яблок                     | 5-86         | 200              | 0,16  | 0,16  | 27,87    | 109,00         |
| Хлеб ржаной                                | 2-90         | 60(2 кус)        | 2,82  | 0,60  | 0,60     | 126,00         |
|  | <b>86-71</b> |                  |       |       |          | <b>1043,66</b> |
|  |              |                  |       |       |          |                |
|  |              |                  |       |       |          |                |
|  |              |                  |       |       |          |                |
|  |              |                  |       |       |          |                |
|  |              |                  |       |       |          |                |
|  |              |                  |       |       |          |                |
|  |              |                  |       |       |          |                |

Шеф-повар:

/В.В.Белкова/