

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «СОШ п. Опытный»

 Г.Г. Фадеева

МЕНЮ на 21 октября 2022 года

Наименование	Цена	Выход (грамм)	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийно сть
ЗАВТРАК (абонемент №1) 1-4 классы						
Каша молочная гречневая с маслом	13-00	205	8,94	10,13	41,26	294,00
Чай с молоком	5-58	200	1,6	1,65	17,36	86,00
Хлеб пшеничный	2-36	40	3,04	0,34	19,44	96,00
Мандарины свежие	12-00	60	0,48	0,18	4,86	24,00
	32-94					500,00
ЗАВТРАК (абонемент №2) 5-11 классы						
Каша молочная гречневая с маслом	16-00	250	11,12	12,60	51,32	366,00
Чай с молоком	5-58	200	1,6	1,65	17,36	86,00
Хлеб пшеничный	2-36	40	3,04	0,34	19,44	96,00
Мандарины свежие	12-00	60	0,48	0,18	4,86	24,00
	35-94					572,00
ОБЕД (абонемент №1) 5-11 классы						
Винегрет овощной	10-04	100	1,36	10,12	7,53	126,66
Жаркое по-домашнему	40-10	250	17,57	42,14	23,68	547,00
Компот из свежих яблок	4-90	200	0,16	0,16	27,87	109,00
Хлеб ржаной	1-45	30(1 кус)	1,41	0,3	0,3	63,00
	56-49					845,66
ОБЕД (абонемент №2) 5-11 классы						
Винегрет овощной	10-04	100	1,36	10,12	7,53	126,66
Рассольник Ленинградский со сметаной	14-50	250/10	2,31	5,99	17,36	135,00
Жаркое по-домашнему	40-10	250	17,57	42,14	23,68	547,00
Компот из свежих яблок	4-90	200	0,16	0,16	27,87	109,00
Хлеб ржаной	2-90	60(2 кус)	2,82	0,60	0,60	126,00
	72-44					1043,66

Шеф-повар:

/В.В.Белкова/