

Директор МБОУ «СОШ п. Опытный»

Г.Г. Фадеева



МЕНЮ на 7 декабря 2022 года

Наименование	Цена (руб.коп.)	Выход (грамм)	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость
ЗАВТРАК (абонемент №1) <i>1-4 классы</i>						
Каша молочная пшеничная с маслом	11-50	205	8,53	10,28	43,67	302,00
Чай с фруктовым соком	4-85	200	0,34	0,02	24,53	95,00
Хлеб пшеничный	2-36	40	3,04	0,34	19,44	96,00
Мандарины св. порциями	22-60	120	0,96	0,36	9,72	48,00
	41-31					541,00
ЗАВТРАК (абонемент №2) <i>5-11 классы</i>						
Каша молочная пшеничная с маслом	14-00	250	10,40	12,53	53,25	368,00
Чай с фруктовым соком	4-85	200	0,34	0,02	24,53	95,00
Хлеб пшеничный	2-36	40	3,04	0,34	19,44	96,00
Мандарины св. порциями	22-60	120	0,96	0,36	9,72	48,00
	43-81					607,00
ОБЕД (абонемент №1) <i>5-11 классы</i>						
Салат из квашеной капусты	8-05	100	1,706	5,0	8,45	85,7
Котлеты рыбные с соусом	43-10	100/50	11,3	10,28	13,38	193,75
Картофельное пюре	9-08	200	4,29	7,41	29,33	206,66
Компот из свежих яблок	5-98	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Хлеб ржаной	1-45	30(1 кус)	1,41	0,3	0,3	63,00
	67-66					685,11
ОБЕД (абонемент №2) <i>5-11 классы</i>						
Салат из квашеной капусты	8-05	100	1,706	5,0	8,45	85,7
Щи из свежей капусты со сметаной	14-75	250/10	1,82	5,94	7,78	98,75
Котлеты рыбные с соусом	43-10	100/50	11,3	10,28	13,38	193,75
Картофельное пюре	9-08	200	4,29	7,41	29,33	206,66
Компот из свежих яблок	5-98	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Хлеб ржаной	2-90	60(2 кус)	2,82	0,60	0,60	126,00
	83-86					846,86
<i>На выбор выпечка (абонемент №3)</i>						
Пирожки с капустой с мясом	13-60	75	8,67	7,30	29,55	220,00

Шеф-повар:

/В.В.Белкова/