

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «СОШ п. Опытный»

 Г.Г. Фадеева

МЕНЮ на 15 декабря 2022 года



Наименование	Цена (руб.коп.)	Выход (грамм)	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость
ЗАВТРАК (абонемент №1) 1-4 классы						
Ватрушка с повидлом	13-00	75	4,62	2,38	28,08	235,00
Каша молочная пшеничная с маслом	14-30	205	20,43	10,13	23,3	290,00
Компот из кураги	7-43	200	1,04	0	30,96	123,00
Хлеб пшеничный	2-36	40	3,04	0,34	19,44	96,00
	37-09					744,00
ЗАВТРАК (абонемент №2) 5-11 классы						
Ватрушка с повидлом	13-00	75	4,62	2,38	28,08	235,00
Каша молочная пшеничная с маслом	16-50	250	25,40	12,60	28,90	360,00
Компот из кураги	7-43	200	1,04	0	30,96	123,00
Хлеб пшеничный	2-36	40	3,04	0,34	19,44	96,00
	39-29					814,00
ОБЕД (абонемент №1) 5-11 классы						
Салат из свеклы с яблоками	9-97	100	1,091	6,083	11,205	103,90
Плов из птицы	38-76	250	27,03	8,98	37,44	341,33
Компот из чернослива	5-24	200	0,57	0	34,41	136,00
Хлеб ржаной	1-45	30(1 кус)	1,41	0,3	0,3	63,00
	55-42					644,23
ОБЕД (абонемент №2) 5-11 классы						
Салат из свеклы с яблоками	9-97	100	1,091	6,083	11,205	103,90
Щи из свежей капусты со сметаной	16-25	250/10	1,80	5,57	7,77	93,00
Плов из птицы	38-76	250	27,03	8,98	37,44	341,33
Компот из чернослива	5-24	200	0,57	0	34,41	136,00
Хлеб ржаной	2-90	60(2 кус)	2,82	0,60	0,60	126,00
	73-12					800,23
На выбор выпечка (абонемент №3)						
Пирожки с картофелем	4-15	75	8,67	7,30	29,55	220,00

Шеф-повар:

/В.В.Белкова/