

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «СОШ п. Опытный»
 _____ Г.Г. Фадеева

МЕНЮ на 16 марта 2023 года

Наименование	Цена (руб.коп.)	Выход (грамм)	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость
ЗАВТРАК (абонемент №1) <i>1-4 классы</i>						
Ватрушка с повидлом	13-20	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
	37-29					744,00
ЗАВТРАК (абонемент №2) <i>5-11 классы</i>						
Ватрушка с повидлом	13-20	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
	39-49					814,00
ОБЕД (абонемент №1) <i>5-11 классы</i>						
Салат из свеклы с яблоками	9-97	100	1,091	6,083	11,205	103,90
Плов из свинины	38-76	250	27,03	30,32	43,14	680,0
Сок фруктовый	19-00	200	1,4	0,2	26,4	120
Хлеб ржаной	1-45	30(1 кус)	1,41	0,3	0,3	63,00
	69-18					966,90
ОБЕД (абонемент №2) <i>5-11 классы</i>						
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 свинины	38-76	250	27,03	30,32	43,14	680,0
Сок фруктовый	19-00	200	1,4	0,2	26,4	120
Хлеб ржаной	2-90	60(2 кус)	2,82	0,60	0,60	126,00
	86-88					1122,90
<i>На выбор выпечка (абонемент №3)</i>						
Ватрушка с повидлом	13-20	75	4,62	2,38	28,08	235,00

Шеф-повар:



/В.В.Белкова/