

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «СОШ п. Опытный»

 Г.Г. Фадеева

МЕНЮ на 31 марта 2023 года

Наименование	Цена	Выход (грамм)	Белки	Жиры	Углево ды	Калорийн ость
ЗАВТРАК (абонемент №1) <i>1-4 классы</i>						
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	16-50	100	0,80	0,30	8,10	40,00
	37-44					516,00
ЗАВТРАК (абонемент №2) <i>5-11 классы</i>						
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	16-50	100	0,80	0,30	8,10	40,00
	40-44					588,00
ОБЕД (абонемент №1) <i>5-11 классы</i>						
Салат из свежих помидоров со сладким перцем	30-00	100	1,1	6,06	3,75	74,10
Жаркое по-домашнему	36-46	250	15,62	37,46	21,04	486,00
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
	72-81					732,10
ОБЕД (абонемент №2) <i>5-11 классы</i>						
Салат из свежих помидоров со сладким перцем	30-00	100	1,1	6,06	3,75	74,10
Рассольник Ленинградский со сметаной	14-03	250/10	2,31	5,99	17,36	135,00
Жаркое по-домашнему	36-46	250	15,62	37,46	21,04	486,00
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
	88-29					930,10
<i>На выбор вытечка (абонемент №3)</i>						
Пирожки с капустой мясом	13-80	75	8,67	7,30	29,55	220,00

Шеф-повар:



/В.В.Белкова/