

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «СОШ п. Опытный»

Г.Г. Фадеева

**МЕНЮ на 3 мая 2023 года**

| Наименование  | Цена<br>(руб.коп.) | Выход<br>(грамм) | Белки | Жиры  | Углевод<br>ы | Калорийн<br>ость |
|---|--------------------|------------------|-------|-------|--------------|------------------|
| <b>ЗАВТРАК (абонемент №1)</b><br><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            |
| Фрукт (банан)                                       | 25-00              | 200              | 3,0   | 0,1   | 42,0         | 192,00           |
|   | <b>43-71</b>       |                  |       |       |              | <b>685,00</b>    |
| <b>ЗАВТРАК (абонемент №2)</b><br><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            |
| Фрукт (банан)                                       | 25-00              | 200              | 3,0   | 0,1   | 42,0         | 192,00           |
|   | <b>46-21</b>       |                  |       |       |              | <b>751,00</b>    |
| <b>ОБЕД (абонемент №1)</b><br><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                              | 6-00               | 200              | 0,16  | 0,16  | 27,88        | 114,60           |
| Хлеб ржаной   | 1-45               | 30(1<br>кус)     | 1,41  | 0,3   | 0,3          | 63,00            |
|   | <b>67-68</b>       |                  |       |       |              | <b>685,11</b>    |
| <b>ОБЕД (абонемент №2)</b><br><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                              | 6-00               | 200              | 0,16  | 0,16  | 27,88        | 114,60           |
| Хлеб ржаной   | 2-90               | 60(2<br>кус)     | 2,82  | 0,60  | 0,60         | 126,00           |
|   | <b>83-88</b>       |                  |       |       |              | <b>846,86</b>    |
| <i>На выбор выпечка (абонемент №3)</i>              |                    |                  |       |       |              |                  |
| Пирожки с капустой с мясом                          | 16-50              | 75               | 8,67  | 7,30  | 29,55        | 220,00           |

Шеф-повар:



/В.В.Белкова/