

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «СОШ п. Опытный»

 Г.Г. Фадеева

МЕНЮ на 24 января 2023 года

Наименование	Цена (руб.коп.)	Выход (грамм)	Белки	Жиры	Углево- ды	Калорий ность
ЗАВТРАК (абонемент №1) <i>1-4 классы</i>						
Каша молочная манная с маслом	13-10	205	7,50	9,23	40,76	276,00
Компот из свежих яблок	4-90	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Хлеб пшеничный	2-36	40	3,04	0,34	19,44	96,00
Сыр порциями	6-48	10	2,3	2,9	0	36,00
Яблоко свежее	17-90	200	0,8	0,8	9,8	90,00
	44-74					612,60
ЗАВТРАК (абонемент №1) <i>5-11 классы</i>						
Каша молочная манная с маслом	15-96	250	9,15	11,25	49,70	336,00
Компот из свежих яблок	4-90	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Хлеб пшеничный	2-36	40	3,04	0,34	19,44	96,00
Сыр порциями	9-72	15	3,45	4,35	0	54,00
Яблоко свежее	17-90	200	0,8	0,8	9,8	90,00
	50-84					690,60
ОБЕД (абонемент №1) <i>5-11 классы</i>						
Салат «Степной»	10-10	100	1,7	5,8	9,1	116,00
Котлеты рубленые из птицы с соусом	36-66	100/50	21,67	15,20	3,72	314,00
Рис отварной	10-66	200	5,08	8,15	51,48	304,00
Компот из сухофруктов	4-66	200	0,44	0	2,88	116,00
Хлеб ржаной	1-45	30(1 кус)	1,41	0,3	0,3	63,00
	63-53					913,00
ОБЕД (абонемент №2) <i>5-11 классы</i>						
Салат «Степной»	10-10	100	1,7	5,8	9,1	116,00
Борщ из свежей капусты со сметаной	15-50	250/10	1,86	5,92	9,27	112,88
Котлеты рубленые из птицы с соусом	36-66	100/50	21,67	15,20	3,72	314,00
Рис отварной	10-66	200	5,08	8,15	51,48	304,00
Компот из сухофруктов	4-66	200	0,44	0	2,88	116,00
Хлеб ржаной	2-90	60(2 кус)	2,82	0,60	0,60	126,00
	80-48					1088,88
<i>На выбор вытечка (абонемент №3)</i>						
Ватрушка с повидлом	12-00	75	4,62	2,38	28,08	235,00

Шеф-повар:



/В.В. Белкова/