

Школьная столовая

День: вторник

Неделя: вторая

Возрастная группа: 12 лет и старше

"Утверждаю"

Директор МБОУ "Сятракасинская СОШ"

_____/В.А.Прокопьев/

Меню на 09.12.2025

ЗАВТРАК

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)		Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
			Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углев	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
744	Запеканка творожна	220	69,57	539,48	32,67	24,62	46,51	0,11	0,75	0,13	0,84	390,88	479,66	51,61	1,2
728	Чай с сахаром	200	1,52	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0
610	яблоки св.порциями	100	15,29	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
569	Хлеб пшеничный	40	1,72	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	Итого :	560		736,53	36,21	25,37	90,74	0,18	4,75	0,14	1,28	408,88	513,66	59,21	2,64
	ЦЕНА:	88,1													

ОБЕД

369	Салат из квашеной капусты с раст.маслом	100	15,7	83,39	1,6	4,99	7,68	0,02	25,3	0	2,3	41,98	30,91	14,36	0,57
703	Борщ с капустой картофелем со смет.	255	14,75	138,19	5,47	8,84	14,64	0,05	12,05	0,27	2,39	43,8	52,79	26,85	1,15
626	Жаркое из филе кур	220	67,71	337,6	28,5	24,5	37	0,14	14,6	0,17	0,25	15,94	73,9	26,94	1,03
728	Чай с сахаром	200	1,52	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0
851	Хлеб Дарницкий	40	2,43	98	2,72	0,52	16,28	0,02	0	0	0	4,2	18,96	5,64	0,47
	Итого	925		714,03	38,39	38,88	90,59	0,23	51,95	0,44	4,94	105,92	176,51	73,79	3,22

Цена: 102,11