

Школьная столовая

День: вторник

Неделя: первая

Возрастная группа: с 12 лет и старше

"Утверждаю"

Директор МБОУ "Сятракасинская СО

_____/В.А.Прокопьев/

Меню на 16.12.2025

ЗАВТРАК

по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
201	Каша рисовая на молоке	210	22,55	258,2	6,18	8,74	39,11	0,06	1,3	0,05	0,25	124,3	158,8	36,36	0,56
724	Какао с молоком	200	14,27	143	3,97	3,42	26,08	0,04	1,3	0,02	0,01	125,1	116,2	31	0,98
860	Бутерброд с маслом сливочным	55	14,61	187	3,43	9,43	21,47	0,05	0	0,04	0,15	11,44	31,9	6,16	0,51
569	Хлеб пшеничный	20	1,72	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	Итого	485	53,15	683,4	16,62	21,91	106,1	0,19	2,6	0,11	0,45	268,9	332,9	79,12	2,49

ОБЕД

25	Винегрет овощной	60	9,74	74,6	0,8	6,06	4,11	0,03	7,77	0,13	2,72	15,39	24,65	11,12	0,46
742	Борщ с капустой картофелем со смет.	205	14,91	113,3	4,49	7,25	12,01	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	43,29	22,02	0,94
614	Тефтели рубленные с соусом	110	31,86	118,7	6,16	7,9	7,37	0,02	1,36	0,03	1,42	21,05	53,29	10,69	0,79
746	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	155	13,53	266,5	8,67	6,31	42,64	0,21	0	0,02	0,61	14,9	205,9	137,2	4,61
730	Компот из смеси сухофруктов	200	4,97	126,1	0,57	0	32,21	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	770		797,1	23,41	28,04	114,6	0,32	19,01	0,4	6,71	91,46	346,1	186,7	7,27

Цена:

77,44