

Школьная столовая

День: четверг

Неделя: первая

Возрастная группа: 12 лет и старше

"Утверждаю"

Директор МБОУ "Сятракасинская СОШ"

_____/В.А.Прокопьев/

Меню на 18.12.2025

ЗАВТРАК

№ по	Наименование блюда	Выход (гр)		Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
			Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углево	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
609	Бутерброд с повидлом	55	13,45	156,7	2,4	4,39	27,11	0,05	0,1	0,02	0,44	10,9	29,4	11,3	0,87
923	Каша вязкая манная с маслом	210	24,38	297,86	9,67	9,2	45,52	0,11	2,18	0,05	0,73	209,82	189,5	31,39	0,63
697	Кофейный напиток с молоком	200	10,88	146,3	3,3	2,73	24,96	0,04	1,3	0,02	0	120	90	14	0,1
569	Хлеб пшеничный	40	1,74	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	Итого	505		696,06	18,41	16,64	117,03	0,24	3,58	0,09	1,21	348,72	334,9	62,29	2,04

Цена: 50,45

ОБЕД

429	Салат из свеклы	60	4,63	89,85	1,35	6,08	7,87	0,02	9,5	0	2,73	35,15	40,85	20,9	1,33
745	Щи из свежей капусты с картоф.со сметаной	205	13,95	126,92	5,42	8,94	10,04	0,06	21,86	0,25	2,37	38,64	50,06	21,86	0,78
662	тушенная в смет.соусе	100	27,14	175,65	16,15	17,25	13,24	0,01	0,06	0,01	1,56	16,69	9,99	1,61	0,05
871	Макароны отварные	200	13,58	299,68	8,1	7,47	48,64	0,08	0	0,03	1,25	6,23	58,12	10,37	1,22
317	Чай с сахаром	200	1,59	146,3	3,3	2,73	24,96	0,04	1,3	0,02	0	120	90	14	0,1
571	Хлеб Дарницкий	40	2,43	98	2,72	0,52	14,28	0,02	0	0	0	4,2	18,96	5,64	0,47
	Итого	805		936,4	37,04	42,99	119,03	0,48	32,72	0,31	7,91	220,91	267,98	74,38	3,95

Цена: 63,32