

«СОГЛАСОВАНО»
Директор МБОУ г.Керчи РК
«Школа №23 имени Героя Советского Союза
С.Д.Пошивальникова
Рыбец И.В.

«УТВЕРЖДАЮ»
Генеральный директор
ООО «МЕЛИССА»
Кравченко Т.Н.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на "01" мая 2023г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 60,13 руб					
75	Икра свекольная	60	1,42	0,06	13,72	111,15
289	Рагу из птицы	175	16,58	15,47	20,06	286,44
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Печенье	20	1,28	1,63	20,24	74,37
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,66	1,00	14,03	75,07
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	515	24,17	18,48	99,93	658,38
	Обед 102,82 руб					
70	Огурцы соленые	30	0,24	0,03	0,51	3,00
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,68	2,84	17,46	118,25
268	Биточек из говядины	90/5	14,22	17,38	11,84	263,4
321	Капуста тушеная	80	1,65	2,59	7,54	60,00
303	Каша вязкая гречневая	80	2,44	2,67	10,94	77,60
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,43	1,67	23,38	125,08
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	815	28,76	27,48	108,55	781,68
	ВСЕГО за день	1330	52,93	45,96	208,48	1440,06

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на "04" мая 2023г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 86,03 руб					
75	Икра свекольная	100	2,37	0,10	22,87	185,30
289	Рагу из курицы	260	18,84	17,58	22,80	325,50
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Печенье	45	2,88	3,66	45,55	167,34
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,66	1,00	14,03	75,07
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	655	28,28	22,56	131,57	848,11
	Обед 120,45 руб					
70	Огурцы соленые	50	0,40	0,05	0,85	5,00
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,68	2,84	17,46	118,25
268	Биточек из говядины	100/5	15,80	18,91	13,15	289,00
321	Капуста тушеная	100	2,07	3,24	9,43	75,00
303	Каша вязкая гречневая	80	2,44	2,67	10,94	77,60
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,20	2,33	32,71	175,01
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	24,00	82,00
	Итого	905	34,09	30,53	128,73	906,86
	ВСЕГО за день	1560	62,37	53,10	260,30	1754,97

Зав.произв

Приятного аппетита

1н четв
апрель-май