



МЕНЮ



Утверждаю
Директор МАОУ "Боровинская СОШ"
В.П. Коробова
21.01.2025 год

Меню (7день) для детей с 7 до 11 лет

Завтрак

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Овощи свежие с зеленью (порциями)	80	0,6	0,1	1,5	9	18,53
2	Наггетсы из курицы запеченные (4 шт. по 25 г. на порцию) промышленного производства	100	12,6	14,2	5,2	199	72,69
3	Макаронные изделия	150	3,2	2,8	34,3	175,2	9,51
4	Чай с лимоном	200	0,1	0	12,5	50	3,53
5	Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,72
6	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,72
					ИТОГО		107,70

Обед

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Салат картофельный с огурцами солеными	80	2	4	7,8	75	9,23
2	Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной	250/10/5	4,8	6,9	16,7	148	37,46
3	Гуляш их говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	61,37
4	Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесноком	150	4,2	4,6	36,4	204	13,67
5	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	11,51
6	Хлеб пшеничный	40	2	0,5	16,3	77,9	3,44
7	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,72
					ИТОГО		138,40

Зав. столовой _____



МЕНЮ



Утверждаю
Директор МАОУ "Боровинская СОШ"
В.П. Коробова
21.01.2025 год

Меню (7день) для детей с 12 лет

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Овощи свежие с зеленью (порциями)	100	0,7	0,1	1,9	11	18,53
2	Наггетсы из курицы запеченные (4 шт. по 25 г. на порцию) промыш.производ.	100	12,6	14,2	5,2	199	72,69
3	Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	9,51
4	Чай с лимоном	200	0,1	0	12,5	50	3,53
6	Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,72
7	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	40,5	1,72
					ИТОГО		107,70

Обед

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Салат картофельный с огурцами солеными	100	2,5	5	9,8	94	9,23
2	Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной	250/10/5	4,8	6,9	16,7	148	37,46
3	Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	61,37
4	Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесноком	200	7,5	6,8	48,8	286,4	13,67
5	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	11,51
6	Хлеб пшеничный	60	3	0,8	24,3	116,8	3,44
7	Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	81	1,72
					ИТОГО		138,40

Зав.столовой _____