



МЕНЮ



Зам. директор



Утверждаю

"Фарвостовская СОШ"

Е.А. Петрова

04.04.2025 год

Меню (4день) 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	15,28
2	Котлета по-хлыновски (говядина и свинина)	90	12,3	13,1	11,4	212,7	66,98
3	Макаронные изделия отварные	150	3,2	2,8	34,3	175,2	19,51
4	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,49
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 "Дальневосточный" из морской капусты с яйцом отварным	100	3,1	6,5	2,7	82	13,76
2	Бабушкин суп с мясными шариками	250/55	5,6	5,2	17,5	139	45,42
3	Шницель из курицы	90	10,4	7,8	15,7	175	51,37
4	Рагу овощное	150	2,2	4,3	15,8	110,7	17,42
5	Компот из сухофруктов	200	0,7	0	23,9	98,4	5,27
6	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,72
7	Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	77,8	3,44
					ИТОГО:		138,40

Зав. столовой _____



МЕНЮ



Зам. директора по ВР МАОУ



Утверждаю

Е.А. Петрова

04.04.2025 год

Меню (4день) для детей с 12 лет

Завтрак

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Овощи свежие с зеленью (порциями)	100	0,7	0,1	1,9	11	15,28
2	Котлета по-хлыновски (говядина и свинина)	100	14,1	14,5	12,7	237,7	66,98
3	Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	19,51
4	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,49
5	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	40,5	1,72
6	Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,72
					ИТОГО		107,70

Обед

	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Бабушкин суп с мясными шариками	250/55	5,6	5,2	17,5	139	52,42
2	Шницель из курицы	100	11,6	8,7	17,4	194	58,13
3	Рагу овощное	180	2,6	5,2	23	149	17,42
4	Компот из сухофруктов	200	0,7	0	23,9	98,4	5,27
5	Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	81	1,72
6	Хлеб пшеничный	80	4	1,1	32,4	155,7	3,44
					ИТОГО:		138,40

Зав.столовой _____