

МБОУ Июльская СОШ

Утверждаю:

" 28 " 05 2025 г.

Меню на " 29 " 05 2025 г.

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
112	Омлет натуральный	150	16,42	15,00	25,10	2,85	296,85
хлеб	Хлеб пшеничный	40	2,06	3,04	0,36	19,88	90,40
261	Чай с сахаром	200	1,68	0,20	0,00	14,00	56,80
фрукт	Фрукт свежий(груша)	220	48,30	1,80	0,40	19,00	86,80
			68,46	20,04	25,86	55,73	530,85

Обед							
003\а	Зеленый горошек отварной	100	2,14	2,40	0,16	35,00	260,00
45	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	29,33	1,60	1,92	11,84	71,04
106	Каша пшенная вязкая с маслом	180	6,87	5,13	5,83	29,34	190,37
84	Рыба тушеная в томате с овощами	100	80,78	24,80	16,60	6,10	273,00
хлеб	Хлеб ржано- пшеничный	35	1,60	1,88	0,20	12,13	40,48
хлеб	Хлеб пшеничный	30	1,82	0,78	2,88	2,82	40,32
251	Компот из яблок	200	11,00	0,16	0,16	23,88	97,60
	Кондитерские изделия	20	8,00	3,00	12,00	22,40	210,00
			141,54	39,75	39,75	143,51	1182,81

Шеф-повар _____