



Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ № 11  
 Г.С. Шевченко

" 16 " сентября 2024 г.

Меню горячего питания  
 5-11 классов

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, (Ккал)	Стоимость руб.
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
1	Икра кабачковая консервированная (промыш.производства)	100	0,6	7,0	7,3	97,0	19,69
2	Омлет натуральный	200	18,0	30,1	3,4	358,2	56,87
3	Молоко	200	3,3	3,7	4,7	64,0	12,89
4	Фрукты свежие яблоки	100	0,4	0,4	10,4	45,0	7,50
5	Хлеб пшеничный	50	0,4	0,1	24,3	104,3	3,30
6	Хлеб ржаной	35	1,8	1,2	11,7	61,3	2,66
	<b>ИТОГО</b>	<b>685</b>	<b>24,5</b>	<b>42,5</b>	<b>61,8</b>	<b>729,8</b>	<b>102,91</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат витаминный	100	1,2	3,3	11,7	82,0	12,66
2	Свекольник	250	2,3	5,1	11,6	101,4	12,37
3	Котлета	100	14,3	7,1	14,4	189,0	34,53
4	Рагу из овощей	180	3,6	10,0	13,8	225,0	12,48
5	Напиток фруктово-ягодный пром.производства	200	2,0	0,2	3,8	24,9	13,00
6	Хлеб пшеничный	55	0,5	0,1	26,8	114,8	3,63
7	Хлеб ржаной	40	2,0	1,4	13,4	70,0	3,04
8	Фрукты свежие яблоки	100	0,4	0,4	10,4	45,0	7,50
	<b>ИТОГО</b>	<b>1025,0</b>	<b>26,3</b>	<b>27,6</b>	<b>105,9</b>	<b>852,0</b>	<b>99,21</b>
		<b>1710,0</b>	<b>50,8</b>	<b>70,1</b>	<b>167,7</b>	<b>1581,8</b>	<b>202,12</b>