



Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ № 11  
 Г.С. Шевченко  
 "18" 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	Сыр порционный	40	7,6	10,0	0,1	121,3	27,20
2	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,1	13,0	49,5	363,6	11,02
3	Биточек мясной	100	14,3	7,1	14,4	189,0	34,54
4	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,3	41,2	2,05
5	Фрукты свежие яблоки	100	0,4	0,4	10,4	45,0	7,50
6	Хлеб пшеничный	50	0,4	0,1	24,3	104,3	3,30
7	Хлеб ржаной	35	1,8	1,2	11,7	61,3	2,66
	<b>ИТОГО</b>	<b>705</b>	<b>34,6</b>	<b>31,8</b>	<b>120,7</b>	<b>925,7</b>	<b>88,27</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат из белокачанной капусты	100	1,4	5,1	8,9	88,0	7,81
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	6,2	5,6	22,3	167,0	6,31
3	Рыба припущенная	105	10,3	10,1	1,0	88,2	39,38
4	Картофель отварной	180	3,6	7,7	23,9	181,5	18,02
5	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0	10,51
6	Хлеб пшеничный	55	0,5	0,1	26,8	114,8	3,63
7	Хлеб ржаной	40	2,0	1,5	13,5	70,0	3,04
		<b>985,0</b>	<b>28,9</b>	<b>35,1</b>	<b>128,8</b>	<b>899,5</b>	<b>88,70</b>
		<b>1690,0</b>	<b>63,4</b>	<b>66,9</b>	<b>249,5</b>	<b>1825,2</b>	<b>176,97</b>