



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 11
Г.С. Шевченко
" 8" октября 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		
Завтрак							
1	Кукуруза консервированная пром.произ-ва	100	0,9	1,8	4,7	45,0	41,75
2	Рыба припущенная	105	10,3	10,1	1,0	88,2	39,91
3	Картофель отварной	180	3,6	7,7	23,9	181,5	18,79
4	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	1,0	0,0	11,2	88,0	16,00
5	Хлеб пшеничный	50	0,4	0,0	24,3	104,3	3,30
6	Хлеб ржаной	35	4,1	2,8	17,5	108,5	2,66
7	Фрукты свежие яблоки	100	0,4	0,4	10,4	45,0	7,50
	ИТОГО	770,00	20,73	22,80	92,99	660,49	129,91
Обед							
1	Салат витаминный	100	1,2	3,3	11,7	82,0	12,21
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	6,2	5,6	22,3	167,0	6,35
3	Курица в соусе с томатом	100	8,8	7,5	4,3	120,0	34,37
4	Макаронные отварные	180	6,1	9,2	34,2	244,5	10,29
5	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,3	41,2	2,05
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
		925,0	24,81	27,12	122,97	839,47	71,94
		1695,0	45,54	49,92	215,95	1499,95	201,85