

МЕНЮ для детей СКК

Завтрак- 2В, 3Б, 4Б (Дети с 7-ми до 11-ти лет)

Завтрак-обед- 6А, 6Б, 7Б, 8Б, 9Б (Дети с 11-ти лет и старше)

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

Нейман А.Г.

МКОУ ООШ г. Сосновка					ПОНЕДЕЛЬНИК				14.10.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	напиток		Йогурт фруктовый (1 шт.)	180	27,60	108,00	6,18	4,82	10,44
	конд.изд.		Ватрушка "Венгерская" (1 шт.)	75	30,00				
Обед	1 блюдо	65	Суп картофельный гороховый	250	5,88	204,00	7,30	4,40	30,80
	2 блюдо	440	Пельмени "Элитные" отварные со сметаной	200/20	62,58	341,00	21,10	12,45	36,05
	закуска		Свежий огурец порционно	60	12,00	6,60	0,43	0,05	1,74
	гор.напиток	310	Компот из смеси сухофруктов	200	5,53	123,00	0,50	0,10	30,90
	напиток		Сок фруктовый пакетированный (1 шт.)	200	25,00				
	хлеб	1.6	Хлеб местный	40	2,29	77,21	2,64	0,48	13,36
МКОУ ООШ г. Сосновка					170,88	ВТОРНИК			15.10.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	напиток		Йогурт фруктовый (1 шт.)	180	27,60	108,00	6,18	4,82	10,44
	конд.изд.		Ватрушка с картофелем (1 шт.)	75	25,00				
Обед	1 блюдо	55	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	8,16	96,00	2,00	5,40	8,80
	гарнио	146	Картофельное пюре	180	16,54	166,00	3,70	5,90	24,00
	гор.блюдо	1	Куриные наггетсы со сливочным маслом	120/6	66,16	338,00	17,28	22,14	17,55
	закуска	6	Салат из белокачанной капусты с растительным маслом	60	4,76	57,00	1,30	2,70	6,20
	гор.напиток	310	Компот из кураги	200	11,13	123,00	0,50	0,10	30,90
	хлеб	1.6	Хлеб местный	40	2,29	77,21	2,64	0,48	13,36
МКОУ ООШ г. Сосновка					161,64	СРЕДА			16.10.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	напиток		Йогурт фруктовый (1 шт.)	180	27,60	108,00	6,18	4,82	10,44
	конд.изд.		Ватрушка "Венгерская" (1 шт.)	75	30,00				
Обед	1 блюдо	87	Суп картофельный с рыбной консервой	250	24,84	167,25	8,61	8,40	14,34
	гарнир	227	Макаронные изделия отварные	180/5	8,01	233,00	6,50	4,40	40,00
	гор.блюдо	110	Тефтели из говядины с рисом и с соусом	100/50	42,95	259,00	11,50	16,87	14,50
	гор.напиток	300	Чай с сахаром	200	2,41	36,00	0,20	0,00	9,10
	напиток		Сок фруктовый пакетированный (1 шт.)	200	25,00				
	хлеб	1.6	Хлеб местный	40	2,29	77,21	2,64	0,48	13,36
					163,10				

МКОУ ООШ г. Сосновка						ЧЕТВЕРГ			17.10.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	напиток		Йогурт фруктовый (1 шт.)	180	27,60	108,00	6,18	4,82	10,44
	конд.изд.		Ватрушка с картофелем (1 шт.)	75	28,00				
Обед	1 блюдо	56	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	12,16	123,00	2,40	5,00	15,70
	гарнир	146	Картофельное пюре	180	16,54	166,00	3,70	5,90	24,00
	гор.блюдо	83	Шницель рыбный со сливочным маслом	100/5	31,60	259,00	24,00	11,67	13,83
	гор.напиток	320	Напиток яблочный	200	5,54	94,00	0,10	0,10	24,00
	хлеб	1.6	Хлеб местный	40	2,29	77,21	2,64	0,48	13,36
МКОУ ООШ г. Сосновка					123,73	ПЯТНИЦА			18.10.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	напиток		Йогурт фруктовый (1 шт.)	180	27,60	108,00	6,18	4,82	10,44
	конд.изд.		Ватрушка "Венгерская" (1 шт.)	75	30,00				
Обед	1 блюдо	58	Борщ из свежей капусты со сметаной	250/10	9,72	111,00	2,00	5,40	12,80
	гарнир	183	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	11,32	312,00	10,60	6,80	46,30
	гор.блюдо	136	Котлета рубленая из птицы со сливочным маслом	100/6	42,43	316,00	15,00	21,40	15,50
	закуска	25	Салат из свеклы с растительным маслом	60	3,43	69,00	1,00	4,80	5,00
	гор.напиток	302	Чай с сахаром и с лимоном	200	3,81	38,00	0,20	0,00	9,30
	напиток		Сок фруктовый пакетированный (1 шт.)	200	25,00				
	хлеб	1.6	Хлеб местный	40	2,29	77,21	2,64	0,48	13,36
					155,60				
ИТОГО					774,95				