

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СШ № 6

Лукьянова Е.Н.

2023 года



**МЕНЮ**

на « 16 » октября 2023 года

Номер дня в примерном 10 – ти дневном меню: 1

Наименование блюда	Масса порции		Энергетическая ценность/ккал	Стоимость блюда
	7-11 лет	12 лет и старше		
<b>Завтрак</b>				
Каша вязкая из смеси круп	200	250	191	≈ 17р. 00к.
Чай с сахаром	200	200	40	≈ 10р. 00к.
Хлеб пшеничный	60	70	156/182	≈ 7р. 00к.
Сыр	15	20	115,5/154	≈ 15р. 00к.
Яйцо варёное	40	40	63	≈ 18р. 50к.
Масло сливочное	15	15	77	≈ 12р. 00к.
<i>Стоимость: Бюджет ≈</i>				≈ 91р. 00к.
<b>Обед</b>				
Салат из свежих огурцов	100	150	67,3/100,95	≈ 73р. 00к.
Суп карт.с макаронными издел.	250	300	120/144	≈ 47р. 00к.
Оладьи из печени	100	120	175/210	≈ 68р. 00к.
Каша гречневая рассыпчатая	200	230	275,1/316,25	≈ 17р. 00к.
Соус сметанный	15	20	43,8/52,56	≈ 8р. 00к.
Компот ассорти	200	200	172	≈ 22р. 00к.
Батон	30	40	77,7/103,6	≈ 5р. 00к.
<i>Стоимость: Бюджет ≈</i>				≈ 250р. 00к.
<b>Полдник</b>				
Вафля	70	90	206,5/265,5	
Кефир	200	200	158,48	
Яблоко	150	200	40	
<i>Стоимость:</i>				