

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СШ № 6

Лукьянова Е.Н.

2023 года



МЕНЮ

на « 21 » декабря 2023 года

Номер дня в примерном 10 – ти дневном меню: 5

| Наименование блюда | Масса порции | | Энергетическая ценность/ккал | |
|-------------------------------------|--------------|--------------------|---------------------------------|--------------|
| | 7-11 лет | 12 лет и старше | | |
| Завтрак | | | | |
| Изделия макаронные отварные с сыром | 200 | 230 | 352/404,8 | ≈ 32р. 00к. |
| Яйцо варёное | 40 | 40 | 63 | ≈ 18р. 00к. |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 200 | 100,6 | ≈ 15р. 50к. |
| Батон | 30 | 40 | 77,7/103,6 | ≈ 7р. 00к. |
| Масло сливочное | 15 | 15 | 77 | ≈ 12р. 00к. |
| Яблоко | 100 | 150 | 40 | |
| <i>Стоимость: Бюджет ≈</i> | | | | ≈ 165р. 50к. |
| Обед | | | | |
| Салат зел.с огурц. и помидор. | 100 | 150 | 165/247,5 | ≈ 73р. 00к. |
| Борщ с фасолью | 250 | 300 | 112,5/135 | ≈ 70р. 00к. |
| Тефтели из говядины | 120 | 120 | 171 | ≈ 89р. 00к. |
| Картофель отварной | 200 | 230 | 213,1/245,1 | ≈ 31р. 00к. |
| Компот из смеси сухофр.с сах. | 200 | 200 | 110 | ≈ 13р. 50к. |
| Хлеб пшеничный | 50 | 70 | 53,4/182 | ≈ 2р. 00к. |
| Батон | 30 | 40 | 77,7/103,6 | ≈ 5р. 00к. |
| <i>Стоимость: Бюджет ≈</i> | | | | ≈ 296р. 50 |
| Полдник | | | | |
| Чай с сахаром | 200 | 200 | 40 | |
| Кекс | 100 | 100 | 372 | |
| <i>Стоимость:</i> | | | | |