

# МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий отделением:  / Н.А. Шепелева/

Школа Озернинская СОШ №2 1-4 класс Отд./корп 1

День 4.12.2024г

| Прием пищи | Раздел                            | № рец. | Блюдо                       | Выход, г  | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |            |
|------------|-----------------------------------|--------|-----------------------------|-----------|-------|--------------|-------|------|----------|------------|
| Обед       | закуска                           |        |                             |           |       |              |       |      |          |            |
|            | 1 блюдо                           |        | суп картофельный с рыбой    | 250       | 18,54 | 166,7        | 7,6   | 7,1  | 18,1     |            |
|            | 2 блюдо                           |        | котлеты из говядины         | 100       | 30,66 | 195,8        | 8,1   | 11,8 | 14,3     |            |
|            | гарнир                            |        | капуста тушённая            | 180       | 34,70 | 97,1         | 3,1   | 3,9  | 12,4     |            |
|            | напиток                           |        | напиток из плодов шиповника | 200       | 14,80 | 61,4         | 0,2   | 0,0  | 15,1     |            |
|            | хлеб черн.                        |        | хлеб Украинский             | 45        | 4,50  | 62           | 1,1   | 0,2  | 14,1     |            |
|            | хлеб белый.                       |        | Хлеб Свежий                 | 45        | 4,50  | 58           | 1,5   | 0,4  | 12,2     |            |
|            |                                   |        |                             |           |       | 107,70       |       |      |          |            |
| Школа      | Озернинская СОШ №2 5-9 класс +ОВЗ |        |                             | Отд./корп | 1     |              |       |      | День     | 4.12.2024г |

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                       | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |        | Омлет натуральный           | 200      | 53,09  | 294          | 19,9  | 23,1 | 1,5      |
|            | гор.напиток |        | Какао с молоком             | 200      | 25,20  | 117          | 3,4   | 4,2  | 16,4     |
|            | хлеб        |        | Хлеб пшеничный              | 83       | 4,50   | 60,8         | 1,1   | 0,2  | 14,1     |
|            |             |        | Бутерброд с сыром           | 30       | 24,51  | 147          | 7,2   | 7,8  | 11,9     |
|            | фрукты      |        | Апельсины                   | 265      | 48,06  | 25           | 3,8   | 12,2 | 11,54    |
| Обед       |             |        |                             |          | 155,36 |              |       |      |          |
|            | закуска     |        |                             |          |        |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     |        | суп картофельный с рыбой    | 250      | 30,07  | 166,7        | 7,6   | 7,1  | 18,1     |
|            | 2 блюдо     |        | котлеты из говядины         | 100      | 43,75  | 195,8        | 8,1   | 11,8 | 14,3     |
|            | гарнир      |        | капуста тушённая            | 180      | 23,70  | 97,1         | 3,1   | 3,9  | 12,4     |
|            | напиток     |        | напиток из плодов шиповника | 200      | 14,13  | 61,4         | 0,2   | 0,0  | 15,1     |
|            | хлеб черн.  |        | хлеб Украинский             | 83       | 5,00   | 62           | 1,1   | 0,2  | 14,1     |
|            | хлеб белый. |        | Хлеб Свежий                 | 50       | 3,50   | 58           | 1,5   | 0,4  | 12,2     |
|            |             |        |                             |          |        | 120,15       |       |      |          |