



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ № 48 г. Нижнеудинск»

С.А. Быкова
С.А. Быкова

МЕНЮ

10 Октября

Обед

№	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции	Стоимость
Для организации бесплатного питания 7 – 11 лет				
1	Салат сельдь с картофелем	50гр	164	5-60
2	Свекольник с мясом говядина с сметаной	250гр	150	17-79
3	Капуста тушеная	100гр	85	11-87
4	Котлета из мяса говядины	100гр	159	56-32
5	Компот из плодов или ягод сушеных	200гр	91	4-76
6	Хлеб пшеничный	25гр	92	2-45
7	Хлеб ржаной	25гр	45	2-85
8				
Итого			786 ккал	101-64
Для организации бесплатного питания 11 – 18 лет				
1	Салат сельдь с картофелем	50гр	164	5-60
2	Свекольник с мясом говядина с сметаной	250гр	150	17-79
3	Капуста тушеная	180гр	150	25-76
4	Котлета из мяса говядины	100гр	159	56-32
5	Компот из плодов или ягод сушеных	200гр	91	4-76
6	Хлеб пшеничный	25гр	92	2-45
7	Хлеб ржаной	25гр	45	2-85
8				
Итого			851 ккал	115-53

Шеф – повар:

А.С. Алексеева

А.С. Алексеева



Утверждаю:  С.А. Быкова

МЕНЮ О.В.З

Возрастная категория: 11-18 лет
Дата: «10» Октября 2024 г.

стоимость дето дня 173-17

(Завтрак)

Выход	Наименование блюда	Калорийность порции	Цена
200гр	Запеканка пшениная с соусом молочным	150	3-25
45гр	Бутерброд с сыром	216	11-86
100гр	Йогурт	95	31-00
200мл	Кофейный напиток	91	6-33

(Обед)

Выход	Наименование блюда	Калорийность порции	Цена
250гр	Свекольник	353	17-79
50гр	Салат сельдь с картофелем	95	5-60
180гр	Капуста тушеная	131	25-76
100гр	Котлета из мяса говядины	80	56-32
200гр	Компот плодов или ягод сушеных	35	4-76
50гр	Хлеб ржаной	112	5-70
50гр	Хлеб пшеничный	130	4-80

Шеф -повар



А.С.Алексеева