

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ № 48 г. Нижнеудинск»



С А Быкова

**МЕНЮ**

**«04» Октября 2024 г.**

**Обед**

| №  | Наименование блюда                             | Масса порции | Калорийность порции | Стоимость     |
|--|--|--------------|---------------------|---------------|
| <b>Для организации бесплатного питания 7 – 11 лет</b>  |  |              |                     |               |
| 1  | <b>Винегрет овощной</b>                        | 60гр         | 51                  | 6-88          |
| 2  | Суп с рыбными консервами                       | 250гр        | 129                 | 14-71         |
| 3  | Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом | 100гр        | 80                  | 5-06          |
| 4  | Тефтели из мяса говядины                       | 100гр        | 169                 | 44-00         |
| 5  | Сок фруктовый                                  | 200гр        | 155                 | 18-40         |
| 6  | Хлеб пшеничный                                 | 25гр         | 46                  | 2-45          |
| 7  | Хлеб ржаной                                    | 25гр         | 46                  | 2-85          |
|  |  |              |                     |               |
| <b>Итого</b>   |  |              | <b>649 ккал</b>     | <b>94-35</b>  |
| <b>Для организации бесплатного питания 11 – 18 лет</b> |  |              |                     |               |
| 1  | Винегрет овощной                               | 100гр        | 170                 | 9-89          |
| 2  | Суп с рыбными консервами                       | 250гр        | 129                 | 14-71         |
| 3  | Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом | 180гр        | 150                 | 9-06          |
| 4  | Тефтели из мяса говядины                       | 100гр        | 169                 | 44-00         |
| 5  | Сок фруктовый                                  | 200гр        | 155                 | 18-40         |
| 6  | Хлеб ржаной                                    | 25гр         | 46                  | 2-85          |
| 7  | Хлеб пшеничный                                 | 25гр         | 45                  | 2-45          |
| 8  |  |              |                     |               |
| <b>Итого</b>   |  |              | <b>883 ккал</b>     | <b>101-36</b> |

Шеф – повар:

А С Алексеева

Утверждаю:



С А Быкова

## МЕНЮ О.В.З

Возрастная категория: 11-18 лет

стоимость дето дня: 184-33

( Завтрак)

Дата: «4» Октября 2024 г.

| Выход | Наименование блюда                              | Калорийность порции | Цена  |
|-------|---|---------------------|-------|
| 200гр | Каша молочная рисовая вязкая с маслом сливочным | 335                 | 20-47 |
| 20/5  | Бутерброды (хлеб пшеничный ) с маслом сливочным | 91                  | 15-36 |
| 200мл | Какао с молоком                                 | 25                  | 10-84 |
|       | Йогурт  | 80                  | 31-00 |
|       |   |                     |       |

(Обед)

| Выход | Наименование блюда                             | Калорийность порции | Цена  |
|-------|--|---------------------|-------|
| 250гр | Суп с рыбными консервами                       | 170                 | 14-71 |
| 100гр | Винегрет овощной                               | 150                 | 9-89  |
| 180гр | Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом | 208                 | 9-06  |
| 100гр | Тефтели из мяса говядины п/ф в молочном соусе  | 40                  | 44-00 |
| 200   | Сок фруктовый                                  | 63                  | 18-40 |
| 50    | Хлеб пшеничный                                 | 130                 | 4-90  |
| 50    | Хлеб ржаной                                    | 112                 | 5-70  |

Шеф - повар:

А.С. Алексеева