

Согласовано:
ИП Ходаков Д.М.

« 2025г. »

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №

« 2025г. »

МЕНЮ
На 13 января 2025г.
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Капуста тушеная	150	22-91	3,11	4,01	20,1	128,85
Огурцы соленые с луком	100	12-67	0,45	2,42	2,45	31,13
Икра свекольная	100	10-52	2,3	6,8	15,4	132
Филе куриное в кляре	70	46-15	12,8	11,4	0,8	157,2
Рыба, тушеная в томате с овощами	90/50	50-68	14,16	7,47	7,47	154
Кнели из кур, бройлер-цыплят с рисом	90/5	55-40	14,4	21,82	7,42	283,5
Котлеты из бройлер цыплят	90	41-14	13,68	20,34	13,32	292,6
Птица отварная	90	49-14	19,26	17,1	1,26	235,8
Плов из птицы	90/150	66-41	23,36	27,04	38,24	489,6
Птица в соусе	90/30	61-00	18,9	23,94	5,32	312,2
Каша рассыпчатая гречневая	150	10-38	7,52	6,28	40,73	279,6
Картофельное пюре	150	23-54	3,12	5,1	18,57	132,6
Макаронные изделия отварные	150	8-89	5,4	6,3	36,6	225
Каша рассыпчатая с овощами	150	11-96	3,5	3,74	34,69	186
Ватрушка с творогом	100	24-13	6,0	10,6	48,7	314
Булка Зебра	100	17-97	6,0	10,6	48,7	314
Булка Домашняя	100	4-20	2,8	6,26	20	105
Плюшка с повидлом	100	12-96	6,0	10,6	48,7	314
Булочка Георгиевская	100	10-13	6,0	10,6	48,7	314
Сосиска в тесте	50/50	30-76	6,0	10,6	48,7	314
Пицца с колбасой	100	37-64	6,0	10,6	48,7	314
Хычин школьный	100	26-97	5,4	4,2	31,7	186,6
Пирожки печеные с капустой	100	12-17	5,4	4,2	31,7	186,6
Пирожки печеные с картофелем	100	11-25	5,4	4,2	31,7	186,6
Чай с сахаром	200/15	2-02	0,1	0	15,0	60,0
Чай Гринфилд	200/15	5-76	0,1	0	15,0	60,0
Бутерброд с колбасой п/к и сыром	50/20/10		6,0	10,6	48,7	314

Технолог:

Ходаков Дмитрий Михайлович

Калькулятор: