



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МКОУ «Галаовская СОШ»

Шинкоренко Т.С.

Меню «21» октября 2024 г.

Завтрак

№	Наименование блюд	Выход	Белки г	Жиры общие г	Углеводы г	Калор. ккал	Цена
54-18к	Суп молочный с рисом	200	5	5	18	134	17,88
54-21гн	Какао с молоком	180	4	3	11	85	12,67
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2	0	12	59	1,53
Пром.	Сок яблочный	100	1	0	10	43	13,50

Обед

№	Наименование блюд	Выход	Белки г	Жиры общие г	Углеводы г	Калор. ккал	Цена
54-3с	Рассольник Ленинградский	200	5	6	14	126	26,76
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	150	6	5	27	175	8,25
54-2м	Гуляш из говядины	80	14	13	3	186	61,00
54-1хн	Компот из сухофруктов	200	1	0	20	81	4,83
Пром.	Хлеб	40	3	1	16	78	2,04

Полдник

№	Наименование блюд	Выход	Белки г	Жиры общие г	Углеводы г	Калор. ккал	Цена
пром	Вафли	40	1	1	31	140	12,00
Пром.	Йогурт	150	5	5	9	87	33,00

Ужин

№	Наименование блюд	Выход	Белки г	Жиры общие г	Углеводы г	Калор. ккал	Цена
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	1	6	4	74	4,68
54-8р	Суфле рыбное	80	14	6	3	122	47,20
54-2гн	Чай с сахаром	180	0	0	6	26	1,73
пром	Хлеб	30	2	0	12	59	1,53







