

Утверждаю

Директор МКОУ "Таловская СОШ"  
Шинкоренко Т.С.



Меню на 09.10.2024 г.

7 день

от 6 - 10 лет

|             | Завтрак                              | вес            | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Калорийность | Цена          |
|-------------|--------------------------------------|----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 54-66м-2020 | Тефтели из говядины с рисом и соусом | 60             | 9            | 9            | 4,9          | 134          | 30,45         |
| 54-11г-2020 | Картофельное пюре                    | 150            | 3,1          | 6            | 19,7         | 145,8        | 11,86         |
| 54-1хн-2020 | компот из сухофруктов                | 200            | 1            | 0            | 20           | 81           | 8,80          |
| Пром.       | Хлеб в ассортименте                  | 30             | 2            | 0,4          | 11,9         | 58,7         | 1,8           |
|             | Пряники                              | 40             | 2,8          | 3,1          | 34,1         | 116,5        | 8,54          |
|             | <b>Итого за завтрак</b>              | <b>480</b>     | <b>17,9</b>  | <b>18,5</b>  | <b>90,6</b>  | <b>536</b>   | <b>61,45</b>  |
| 54-21з-2020 | Кукуруза сахарная                    | 50             | 0,8          | 0,1          | 4,1          | 20,9         | 20            |
| 54-3е-2020  | рассольник Ленинградский             | 200            | 4,7          | 6,2          | 13,6         | 129,4        | 14            |
| 54-22м-2020 | Рагу из курицы                       | 200            | 21           | 7            | 17,5         | 217,3        | 37,01         |
| 54-2гм-2020 | чай с сахаром                        | 200            | 0,2          | 0            | 6,4          | 26,8         | 1,18          |
|             | Банан                                | 150            | 3,2          | 0,2          | 39,2         | 106,8        | 17,26         |
| Пром.       | Хлеб в ассортименте                  | 60             | 4            | 0,7          | 23,8         | 117,4        | 2,73          |
|             | <b>Итого за Обед</b>                 | <b>860</b>     | <b>33,9</b>  | <b>14,2</b>  | <b>104,6</b> | <b>618,6</b> | <b>92,18</b>  |
|             | <b>ЗАВТРАК</b>                       |                |              |              |              |              |               |
|             | <b>от 11 - 18 лет</b>                |                |              |              |              |              |               |
| 54-66м-2020 | Тефтели из говядины с рисом и соусом | 90             | 13           | 13,2         | 7,3          | 200,3        | 36,44         |
| 54-11г-2020 | картофельное пюре                    | 200            | 4,1          | 8,1          | 26,4         | 194,4        | 14,66         |
| 54-1хн-2020 | компот из сухофруктов                | 200            | 1            | 0            | 20           | 81           | 9,47          |
| Пром.       | Хлеб в ассортименте                  | 30             | 2            | 0,4          | 11,9         | 58,7         | 2,2           |
| Пром.       | Пряники                              | 40             | 2,8          | 3,1          | 34,1         | 116,5        | 8,68          |
|             | <b>Итого за Обед</b>                 | <b>560</b>     | <b>22,9</b>  | <b>24,8</b>  | <b>99,7</b>  | <b>650,9</b> | <b>71,45</b>  |
| 54-21з-2020 | Кукуруза сахарная                    | 0,062          | 0,8          | 0,1          | 4,1          | 20,9         | 20            |
| 54-3е-2020  | рассольник Ленинградский             | 250            | 5,87         | 7,73         | 122,4        | 161,8        | 15            |
| 54-22м-2020 | Рагу из курицы                       | 250            | 26,2         | 8,8          | 21,9         | 271,6        | 49,98         |
| 54-2гм-2020 | чай с сахаром                        | 200            | 0,2          | 0            | 6,4          | 26,8         | 2,18          |
|             | банан                                | 150            | 3,2          | 0,2          | 39,2         | 106,8        | 16,97         |
| Пром.       | Хлеб в ассортименте                  | 60             | 4            | 0,7          | 23,8         | 117,4        | 3,03          |
|             | <b>Итого за Обед</b>                 | <b>910,062</b> | <b>40,27</b> | <b>17,55</b> | <b>217,8</b> | <b>701,3</b> | <b>107,10</b> |



