

Утверждаю

Директор МКОУ "Таловская СОШ"
Шинкоренко Т.С.



Меню на 18.10.2024 г.

4 день от 6 - 10 лет

| | Завтрак | вес | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | Цена |
|--------------|---|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| 54-6м-2020 | Биточки из говядины | 75 | 13,7 | 13,6 | 12,3 | 226,4 | 28,50 |
| 54-1г-2020 | Макароны отварные с соусом | 200 | 6,95 | 6,85 | 37,25 | 238,55 | 8,68 |
| 54-21гн-2020 | Какао с молоком | 200 | 4,6 | 4,4 | 12,5 | 107,2 | 13,47 |
| Пром. | Печенье | 40 | 7 | 7,8 | 40,8 | 168,7 | 9,00 |
| Пром. | Хлеб в ассортименте | 30 | 2 | 0,4 | 11,9 | 58,7 | 1,8 |
| | Итого за Завтрак | 545 | 34,25 | 33,05 | 114,75 | 799,55 | 61,45 |
| | Обед | | | | | | |
| 54-21з-2020 | Кукуруза сахарная | 40 | 0,8 | 0,1 | 4,1 | 20,9 | 10,5 |
| 54-2с-2020 | Борщ с капустой свежей с мясом и сметаной | 200 | 4,7 | 6,1 | 10,1 | 114,3 | 11,25 |
| 54-1м-2020 | Бефстроганов из отварной говядины | 80 | 12 | 12,5 | 1,9 | 168,2 | 47,08 |
| 54-10г-2020 | Картофель отварной в молоке | 150 | 4,5 | 5,9 | 26,5 | 176 | 10,58 |
| 54-21хн-2020 | Кисель из брусники | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,9 | 60,7 | 10,53 |
| Пром. | Хлеб в ассортименте | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 2,24 |
| | Итого за Обед | 730 | 26,1 | 25,4 | 81,3 | 657,5 | 92,18 |

от 11 - 18 лет

| | Завтрак | вес | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | Цена |
|--------------|---|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| 54-6м-2020 | Биточки из говядины | 75 | 13,7 | 13,6 | 12,3 | 226,4 | 37,30 |
| 54-1г-2020 | Макароны отварные | 350 | 8,75 | 8,75 | 48,15 | 305,85 | 13,11 |
| 54-21гн-2020 | Какао с молоком | 200 | 4,6 | 4,4 | 12,5 | 107,2 | 10,90 |
| Пром. | вафли | 40 | 7 | 7,8 | 40,8 | 168,7 | 8,40 |
| Пром. | Хлеб в ассортименте | 30 | 2 | 0,4 | 11,9 | 58,7 | 1,74 |
| | Итого за Завтрак | 695 | 36,05 | 34,95 | 125,65 | 866,85 | 71,45 |
| | Обед | | | | | | |
| 54-21з-2020 | Кукуруза сахарная | 40 | 0,8 | 0,1 | 4,1 | 20,9 | 10,5 |
| 54-2с-2020 | Борщ с капустой свежей с мясом и сметаной | 250 | 5,9 | 7,6 | 12,6 | 142,8 | 12,16 |
| 54-1м-2020 | Бефстроганов из отварной говядины | 160 | 12 | 12,5 | 2,1 | 210,2 | 54,08 |
| 54-10г-2020 | Картофель отварной в молоке | 200 | 6 | 7,7 | 35,3 | 234,6 | 13,46 |
| 54-21хн-2020 | Кисель из брусники | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,9 | 60,7 | 13,53 |
| Пром. | Хлеб в ассортименте | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 3,43 |
| | Итого за Обед | 850 | 31,8 | 31,8 | 93,1 | 786,6 | 107,16 |



