

День 7:

МОУ «СОШ № 1»

МЕНЮ на 13.05. 2025г.

Утверждаю:

Директор МОУ «СОШ № 1»

И.И. Даурова
И.И. Даурова

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК:							
210	Омлет натуральный	200	21	38	22	560	50,41
74	Зеленый горошек консервированный	50	4,8	0,5	28,8	152,0	7,67
415	Чай с лимоном	200/15/7	0,9	0,01	15,7	39	3,2
50	Хлеб пшеничный 1 сорт	50	3,95	0,5	24,15	116,6	1,85
	Итого:		31,68	39,3	95,36	887,2	63,40
ОБЕД:							
81	Суп картофельный с рисом	250	5,5	5,5	24	133,8	9,00
668	Филе рыбы Минтай тушеная в томате с овощами.	150	16,3	8,3	7,5	169	39,01
321	Картофельное пюре	180	3,67	5,76	23,64	164,64	14,31
172	Компот из сухофруктов	200	0,08	0,08	21,7	88	3,35
50	Хлеб пшеничный 1 сорт	50	3,95	0,5	24,15	116,6	1,85
50	Хлеб ржаной	30	1,98	0,4	0,36	52,2	1,34
	Итого:		25,98	15,04	77,35	590,44	59,86

Повар:

В.В.

В.В.Решетникова