Согласовано:
Директор МАНОУ СОШ №9
Дорошенко Т.В

Меню 12-18 лет

День 3

05.02.2025г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Запеканка из творога	200	428,5	20,12	19	54,0
	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	20	65,4	1,44	1,7	11,1
	Чай с сахаром	200	28,4	0,2	0,0	7,02
	Хлеб пшеничный	40	85,44	3,16	0,4	19,32
	Яблоко	100	47	0,4	0,4	9,8
	Итого	**560**	**654,78**	**25,32**	**21,5**	**101,24**
	Цена	124,05				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	Суп с бобовыми (горох)	250	97,5	3,4	5,5	6,0
	Овощи натуральные соленые	100	22	1,1	0,2	3,8
	Мясо духовое (свинина)с картофелем и овощами	280	531,1	19,15	17,7	40,91
	Компот из свежих плодов	200	64,28	0,16	0,16	15,9
	Хлеб пшеничный	40	85,44	3,16	0,4	19,32
	Хлеб ржаной	40	85,6	1,88	0,28	19,92
	Итого	**910**	**885,92**	**28,85**	**24,24**	**105,85**
	Цена	140,32				