

07.12.2023

«Согласовано»

Директор МОУ СОШ №

г. Верхнеуральского
Фрунзе

«Утверждаю»

Директор ООО «Вен

Погос

МЕНЮ

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по
ВАРИАНТ-4						
Овощи по сезону(огурец свежий, помидор свежий, Капуста квашенная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	
Котлета рыбная Любительская № 390	90	12,2	8,2	14,3	179,8	390
Картофель отварной или картофельное пюре № 125/128	150	3,1	7,4	21,6	164,8	12
Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	37
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТ
Итого за прием пищи:	555	19,8	20,8	73,4	479,0	
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет						
ВАРИАНТ-4						
Овощи по сезону(огурец свежий, помидор свежий, Капуста квашенная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,7	
Котлета рыбная Любительская № 390	100	13,7	14,2	10,9	140,0	390
Картофель отварной или картофельное пюре №125/128	200	4,2	9,9	28,6	219,8	12
Чай с сахаром № 376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	37
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТ
	555	23,4	24,0	82,2	572,6	