

Директор МБОУ "Восточная СОШ"

И.С.Тулешова

Ежедневное меню на: 21.05.2025г

	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углеводы
						ность			
Завтрак 7-11 лет	гор.блюдо	54-1г, 54-11р	Макароны отварные и рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	220	51.88	300	15	10	37
	напиток	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	6.15	81	1	0	20
	хлеб	Пром	Хлеб пшеничный йодированный	45	3.38	106	3	0	22
	хлеб	Пром	Хлеб ржано-пшеничный	25	2.92	49	2	0	10
	закуска	54-13з	Салат из свеклы отварной	60	6.19	46	1	3	5
ИТОГО				550	70.52	581.00	21.40	13.50	93.60
Завтрак 12-18 лет	гор.блюдо	54-1г, 54-11р	Макароны отварные и рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	300	73.06	410	21	14	50
	напиток	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	6.15	81	1	0	20
	хлеб	Пром	Хлеб пшеничный йодированный	45	3.38	106	3	0	22
	хлеб	Пром	Хлеб ржано-пшеничный	40	4.67	78	3	1	16
	закуска	54-13з	Салат из свеклы отварной	100	11.15	76	1	5	8
ИТОГО				685	98.41	750.50	28.80	19.40	115.30