

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
 средняя общеобразовательная школа №8 г.Холмска
 муниципального образования
 «Холмский городской округ» Сахалинской области
 Сахалинская область, Холмск, ул.Адмирала -Макарова 7
 тел./факс: (42433)7-01-30



Е.С.Рекина

Меню 1-11кл.

рационального питания детей

24.11.2022г.

Завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценность
	плов с курицей	250/1	64,26	312
категории:	чай с сахаром и лимоном	200/8	4,35	53
1-4кл.	хлеб ржаной	50/1	3,6	114
	хлеб пшеничный	30\1	2,16	69
	кондитерское изделие	15\1	4,5	38
	огурец св.	40/1	8,00	5
Итого:			86,87	591
Завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценность
	плов с курицей	250/1	64,26	312
категории:	чай с сахаром и лимоном	200/8	4,35	53
1-4кл. ОБЗ	хлеб ржаной	50/1	3,6	114
	хлеб пшеничный	30\1	2,16	69
	кондитерское изделие	15\1	4,5	38
	огурец св.	40/1	8,00	5
Итого:			86,87	591
Завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценность
	плов с курицей	250/1	64,26	312
категории:	чай с сахаром и лимоном	200/8	4,35	53
5-11кл. ОБЗ	хлеб ржаной	50/1	3,6	114
	хлеб пшеничный	30\1	2,16	69
	кондитерское изделие	15\1	4,5	38
	варенец	200/1	19,2	70
	огурец св.	40/1	8,00	5
Итого:			106,07	661
Завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценность
Категории: 5-11кл. льготное	гуляш из отварной говядины	50\50	72,21	290
	гречка отварная	180\1	22,30	216
	напиток из ягод зам.	200\1	11,90	74
	хлеб пшеничный	40\1	2,03	86
	хлеб ржаной	20\1	1,35	70
Итого:			109,79	736
Обед	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценность
Категории: 1-4кл. ОБЗ	свекольник со сметаной	200\5	29,42	119
	гуляш из отварной говядины	50\50	72,21	290
	гречка отварная	150\1	18,25	216
	напиток из ягод зам.	200\1	11,90	74
	Хлеб пшеничный	40\1	2,90	86
	Хлеб ржаной	20\1	1,45	70
			136,13	855
Обед	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценность
Категории: 5-11 кл. ОБЗ	свекольник со сметаной	250\5	34,40	127
	гуляш из отварной говядины	50\50	72,21	290
	гречка отварная	180\1	22,30	216
	напиток из ягод зам.	200\1	11,90	74
	Хлеб пшеничный	40\1	2,90	86
	Хлеб ржаной	20\1	1,45	70
Итого:			145,16	863