

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
 средняя общеобразовательная школа №8 г.Холмска
 муниципального образования
 «Холмский городской округ» Сахалинской области
 Сахалинская область г.Холмск, ул.Адмирала -Макарова 7

Тел. факс. (42433)7-01-30



Утверждаю

 директор Е.С.Рекина

Меню 1-11кл.

рационального питания детей

09.02.2023г.

Завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценность
	плов с курицей	240/1	64,26	312
категории:	чай с сахаром и лимоном	200/8	4,35	53
1-4кл.	хлеб ржаной	30\1	3,6	69
	хлеб пшеничный	50\1	2,16	114
	кондитерское изделие	15\1	4,5	38
	огурец свежий	60/1	15,00	27
Итого:		605	93,87	613
Завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценности
	плов с курицей	250/1	69,80	378
категории:	чай с сахаром и лимоном	200/8	4,35	53
1-4кл. ОБЗ	хлеб ржаной	30\1	3,6	69
	хлеб пшеничный	50/1	2,16	114
	огурец свежий	60/1	15	27
	кондитерское изд.	15\1	4,50	38
Итого:			99,41	679
Завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценности
	плов с курицей	250/1	69,80	378
категории:	чай с сахаром и лимоном	200/8	4,35	53
5-11кл. ОБЗ	хлеб ржаной	50/1	3,6	69
	хлеб пшеничный	30\1	2,16	114
	кондитерское изделие	15\1	4,5	38
	варенец	200/1	20	70
	огурец свежий	60/1	15,00	27
Итого:			119,41	749
Завтрак	гуляш из отварной говядины	50\50	72,21	290
Категории: 5-11 кл. льготное	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
Категории:	свекольник со сметаной	200\5	29,42	119
1-4кл. ОБЗ	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
Категории:	свекольник со сметаной	250\5	34,40	127
5-11 кл. ОБЗ	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