

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
Рационального питания детей (завтраки) 15.12.2023

Завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая	
категории: 1-4кл.	омлет с маслом	150/1	27,00	301	
	сыр порциями	40/1	29,20	113	
	чай с сахаром	200\1	2,90	114	
	хлеб пшеничный	60/1	4,43	69	
	яблоко	150/1	37,50	144	
		600	101,03	741	
Завтрак категории: 1-4кл. Овз	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая	
	омлет с маслом	150/1	27,00	301	
	сыр порциями	40/1	29,20	113	
	чай с сахаром	200\1	2,90	114	
	хлеб пшеничный	60/1	4,43	69	
	яблоко	150/1	37,50	144	
	600	101,03	741		
Завтрак категории: 5-11кл. овз	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая	
	омлет с маслом	180/1	34,00	327	
	сыр порциями	40/1	29,20	113	
	чай с сахаром	200\1	2,90	114	
	Хлеб пшеничный	60/1	4,43	69	
	яблоко	150/1	37,50	144	
	630	108,03	767		
завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценность	
категории: 5-11 льготное	огурец к.с.	80/1	16,00	9,6	
	напиток из св. ягод	200/1	11,90	154	
	оладьи печеночные	100/1	32,00	252	
	картофельное пюре	180/1	19,30	150	
	хлеб ржаной	30\1	2,21	69	
	хлеб пшеничный	40	2,90	93	
Итого:		630	84,31	727,6	
Обед:	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценность	
категории: 1-4кл. овз	1-11кл.	огурец к.с.	80/1	16,00	9,6
		суп с крупой гречнев	200/1	23,60	148
		картофельное пюре	150/1	19,30	152
		оладьи из печени	100/1	32,00	251
		хлеб ржаной	30\1	2,21	69
		хлеб пшеничный	40\1	2,90	93
		напиток св. ягод	200/1	11,90	154
Итого:		800	107,91	876,6	
Обед:	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценность	
категории: 5-11кл. овз	1-11кл.	огурец к.с.	80/1	16,00	9,6
		суп с крупой гречнев	250/1	32,20	181
		картофельное пюре	180/1	25,70	167
		оладьи из печени	120/1	42,00	273
		хлеб ржаной	60\1	4,30	69
		хлеб пшеничный	40\1	2,90	93
		напиток из св. ягод	200/1	11,90	154
Итого:		930	135	946,6	