

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) 29.12.2023

Завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая
категории:	омлет с маслом	150/1	27,00	301
1-4кл.	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	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая
категории:	омлет с маслом	150/1	27,00	301
1-4кл. Овз	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	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая
категории:	омлет с маслом	180/1	34,00	327
5-11кл. овз	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:	огурец к.с.	80/1	16,00	9,6
5-11 льготное	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:	огурец к.с.	80/1	16,00	9,6
1-4кл. овз	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:	огурец к.с.	80/1	16,00	9,6
5-11кл. овз	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