

Меню
МБОУ СОШ № 70
16 мая 2023 года



1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (завтрак)							
89,2003 г	бутерброд с джемом	50 (20/30)	7,56	129,0	2,4	0,9	28,0
366,2004 г	запеканка из творога с молоком сгущен	115 (105/10)	56,30	311,6	18,2	16,4	21,5
328,2003 г	каша молочная манная с маслом	160 (150/10)	19,06	200,0	4,7	9,3	24,4
886,2004 г	чай с лимоном	207	4,23	60,0	0,3		15,2
3.5.3	хлеб	25	1,73	43,5	1,7	0,3	8,4
			88,88				

1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (обед)							
2004 г	винегрет овощной	60	6,03	74,4	0,8	6,1	4,1
2,2004 г	суп картофель с бобовыми, с зеленью	250	9,98	177,1	7,9	6,4	22,3
1,2017 г	котлеты рубленые из птицы	100	47,55	286,0	17,5	16,8	16,3
2,2004 г	рис отварной	180	15,35	273,6	4,5	7,4	46,3
2,2004 г	чай с сахаром	200	2,38	58,0	0,2		15,0
3.2.2	батон	35	3,84	91,7	2,7	1,0	18,0
5.3	хлеб	50	3,75	87,0	3,3	0,6	16,7
			88,88				

5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 2							
004 г	запеканка из творога с молоком сгущен	80(70/10)	36,67	218,7	12,4	11,2	16,2
003 г	каша молочная манная с маслом	210 (205/5)	17,37	266,7	6,3	12,4	32,6
004 г	чай с лимоном	207	4,23	60,0	0,3		15,2
3	хлеб	25	1,73	43,5	1,7	0,3	8,4
			60,00				

5-11 классы							
рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2							
г	винегрет овощной	100	10,02	124,0	1,4	10,1	6,1
4 г	суп картофель с бобовыми, с зеленью	250	9,98	167,0	6,2	5,6	22,3
7 г	котлеты рубленые из птицы с соусом	110 (85/25)	41,26	286,0	17,5	16,8	16,3
г	рис отварной	180	15,35	273,6	4,5	7,4	46,3
г	чай с сахаром	200	2,38	58,0	0,2		15,0
	батон	30	3,45	78,6	2,3	0,9	13,5
	хлеб	35	2,56	60,9	2,3	0,4	11,1
			85,00				

Свободный выбор		Наименование блюд	Цена
Холодные блюда		салат из овощей	1100 16-28
I блюда			
II блюда		фрукты	50/75 58-5
III блюда		чай с сахаром	1200 2-38
IV Гарнир		фрукты	1200 23-93
Выпечка		батон	1150 8-5