



# МЕНЮ

ДЛЯ ТЕБЯ, ШКОЛЬНИК



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «СОШ №49»

Тихонова М.В.

2024 г.

ООО «Школьник»

№ рас-ки	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод.	Э.Ц.	Стоим. блюда
<b>Завтрак</b>							
173/15	Каша пшеничная мол.	200/20	9,96	12,75	51,07	359	33,19
15/15	Сыр	20	5,26	5,32	0,0	68,6	22,00
376/15	Чай с/с	200	0,07	0,02	15,0	60	3,68
440/15	Творожный конвертик	80	10,13	13,64	40,80	328,8	20,28
							79,15
<b>Обед № 1</b>							
18/08	Салат из кв. капусты	50	0,9	2,53	22,31	45,46	9,24
312/15	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	20,63
271С/15	Котлета домашняя	90	14,37	16,34	8,59	233,52	39,38
345/15	Компот из черной смородины	200	0,17	0,06	9,62	41,00	18,18
405/15	Хлебная булочка	50	3,48	2,33	23,97	120,7	2,66
							90,09
<b>Обед № 2</b>							
	Огурец конс.	20	0,16	0,02	0,34	2,6	5,72
312/15	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	20,63
271С/15	Котлета домашняя	90	14,37	16,34	8,59	233,52	39,38
345/15	Компот из черной смородины	200	0,17	0,06	9,62	41,00	18,18
410/15	Ватрушка с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202,0	15,26
							99,17

Директор  
Зав. производством  
Калькулятор

Чуричков В.С.  
Садыкова Е.В.  
Назарова С.В.