



«УТВЕРЖДАЮ»  
ДИРЕКТОР МБОУ «ЛЕПЛЕЙСКАЯ СОШ»

/О.Н.Головина/

« 12 » 2024 г

**Меню – завтрак (Среда)**

7-11 лет

Весна - лето  
Вторая неделя

№	наименование	вес	стоимость
1	Каша манная молочная Пищевая ценность: белки 4,29г, жиры 3. 78г, углеводы 33,7г;	187,15 ккал 200	9 р
2	Салат из помидор Пищевая ценность: белки 0,48 г, жиры 2,3 г, углеводы 5 г;	41.36 ккал 60	7 р
3	Картофель отварной с маслом Пищевая ценность: белки 3.07г, жиры 4.85г, углеводы 20.43г;	137,51 ккал 150	9 р
4	Рыба припущенная с овощами Пищевая ценность: белки 6.12г, жиры 0.81г, углеводы 2.54г;	42 ккал 90	23,7 р
5	Чай с лимоном Пищевая ценность: белки 0,4г, углеводы 13;	43 ккал 200	7 р
6	Кондитерское изделие Пищевая ценность: белки 0,6г, жиры 4,6г, углеводы 9,4г;	81 ккал 15	5 р
7	Хлеб пшеничный/ ржаной Пищевая ценность: белки 3.8 г, жиры 0.45 г, углеводы 24.9 г;	113,2 ккал 100	6,30р
	Итого:		67 рублей

**Меню – обед**

12 лет и старше

№	наименование	вес	стоимость
1	Суп гороховый Пищевая ценность: белки 4.39г, жиры 4.22г, углеводы 13,8г;	107,15 ккал 250	12,42 р
2	Салат свежие помидоры с огурцами Пищевая ценность: белки 0,98 г, жиры 6,15 г, углеводы 3,73 г;	74,2 ккал 100	7 р
3	Картофель отварной с маслом Пищевая ценность: белки 4.08г, жиры 6,4г, углеводы 27,26г;	183 ккал 200	11 р
4	Рыба припущенная с овощами Пищевая ценность: белки 7.65г, жиры 1.01г, углеводы 3.18г;	52,51 ккал 100	22,72 р
5	Сок Пищевая ценность: белки 0.74г, жиры 0г, углеводы 21.56,	88.48 ккал 200	9 р
6	Хлеб пшеничный/ ржаной Пищевая ценность: белки 3.8 г, жиры 0.45 г, углеводы 24.9 г;	113,2 ккал 100	6,30р
	Итого:		68,44 рублей