

Название меню: осенне-зимний период 2023-24					УТВЕРЖДАЮ	
Возрастная категория: от 12 до 18 лет					Директор	
Характеристика питающихся: Без особенностей					МАОУ	
Ежедневное меню на :					"Софиевская	
<i>15 января</i>					СОШ" <i>Жу</i>	
Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Цена
	г	г	г	г	ценность	Руб.
Понедельник, 2 неделя					ккал	
Обед						
Морковь отварная дольками	80	1,1	2,6	5,5	50,1	5
Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200	5,1	5,8	10,8	115,6	6,56
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	5
Котлета из говядины	100	18,2	17,4	16,4	295,2	10
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	2,65
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	2,24
Итого за Обед	790	37,4	32,6	104,5	862	31,45

Ответственный по питанию *Жу* Н.А.Жабина

Организация: МАОУ "Софиевская СОШ"					УТВЕРЖДАЮ	
Название меню: осенне-зимний период 2023-24					Директор	
Возрастная категория: от 12 до 18 лет					МАОУ	
Характеристика питающихся: Без особенностей					"Софиевская	
Ежедневное меню на :					СОШ" <i>Жу</i>	
<i>16 января</i>					Н.Г. Климова	
Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Цена
	г	г	г	г	ценность	Руб.
Вторник, 2 неделя					ккал	
Обед						
Салат из белокочанной капусты с морковью	80	1,3	8,1	7,7	108,7	5
Суп гороховый (вариант 2)	200	6,5	2,8	14,9	110,9	5,71
Макаронные отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	5
Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8	4,4	126,4	10
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	3,5
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	2,24
Итого за Обед	790	32,3	22,1	109,1	764,4	31,45

Ответственный по питанию *Жу* Н.А.Жабина