

	Организация: МАОУ "Софиевская СОШ"					Утверждаю Директор МАОУ «Софиевская СОШ» Н.Г. Климова	
	Название меню: 5-11 класс 2024-25						
	Возрастная категория: от 12 до 18 лет						
	Характеристика питающихся: Без особенностей						
	Срок действия меню: 02.09.2024 - 28.02.2025						
Ежедневное меню на <u>21 ноября 2024</u>							
№ рецептур ы	Название блюда	Мас са	Белк и	Жиры	Углев оды	Энергетиче ская ценность	Цена
		г	г	г	г	ккал	Руб.
	Четверг, 1 неделя						
	<b>Завтрак</b>						
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	0.5	6.1	4.3	74.3	4,9
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8.9	0	107.5	6,5
54-6г	Рис отварной	150	3.6	4.8	36.4	203.5	7,65
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	12.5	6.7	5.7	132.5	11,23
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9	2,72
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6.1	0.6	39.4	187.5	3,45
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>610</b>	<b>29.9</b>	<b>27.2</b>	<b>92.4</b>	<b>733.2</b>	<b>36,45</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>610</b>	<b>29.9</b>	<b>27.2</b>	<b>92.4</b>	<b>733.2</b>	<b>36,45</b>

Повар Полянский Л.И. Полянских