

Утверждаю

Директор ГБОУ школы № 15

г. Краснодара

Е.В. Лосева



Меню на 21.11.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

5-9 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1-4 классы			5-9 классы			Стоимость, руб.		
					белки	жиры	углеводы	белки	жиры	углеводы			
1	ТК	Овощи по сезону (морковные палочки)	90	39,38	1,17	0,09	6,21				6,75		
2	ТК	Овощи по сезону (огурец свежий)						120	14,4	1,32	0,24	4,56	17,69
3	310	Вок" Курица с рисом и овощами"	150	215	8,4	15,45	28,05	200	286,67	11,2	20,6	37,4	55,90
4	ТК	Кисель из сушеных плодов (курага)	200	154,6	0,89	0,06	32,75	200	122	0,89	0,06	32,75	11,40
5	338	Фрукты свежие (яблоко)	100	47	0,4	0,4	9,8						
6	ТК	Хлеб пшеничный	30	71,7	2,1	0,6	15	50	119,5	3,5	1	25	4,61
7	ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	42	1,2	0,2	9	30	63	1,8	0,3	13,5	3,18
8	ТК	Кондитерское изделие (лакомка)						20	67	2,3	1,8	5,1	18,80
		Итого:	590	569,88	14,16	16,8	100,81	620	672,57	21,01	24	118,31	111,58
Обед													
1-4 классы													
1	24	Салат по сезону (салат из свежих помидоров и огурцов)	60	42,42	0,58	3,65	2,19						
2	15	Сыр порционно						30	108	6,96	8,85	0,00	20,80
3	111	Борщ сибирский	200	94,4	3,12	3,44	12,8	250	118	3,9	4,3	16	13,06
4	ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным	180	318,17	18,2	26,8	5,2	220	352	20,5	34,6	5,89	63,05
5	ТК	Кофейный напиток	200	100,5	3,17	2,78	15,95	200	100,5	3,17	2,78	15,95	9,78
6	ТК	Фрукты свежие (апельсин)	100	47	0,4	0,4	9,8						
7	338	Фрукты свежие (яблоко)						100	47	0,4	0,4	9,8	9,50
8	ТК	Хлеб пшеничный	50	119,5	3,5	1	25	60	143,4	4,2	1,2	30	5,53
9	ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	63	1,8	0,3	13,5	40	84	2,4	0,4	18	4,23
		Итого:	820	784,99	30,77	38,37	84,44	900	952,9	41,53	52,53	95,64	125,95
5-9 классы													