

## Меню на 26.04.2024 для 5 – 9 класса МОУ «Ясенковская ООШ»

Школа

МОУ "Ясенковская ООШ"

Отд./корп

День

26.04.2024

| Прием пищи         | Раздел     | № рец.  | Блюдо   | Выход, г        | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------------|------------|---------|---|-----------------|-------|--------------|-------|------|----------|
|                    | Прием пищи | закуска | 94  | Салат "Мозаика" | 60    |              | 63,8  | 1,6  | 3,9      |
| гор. блюдо         |            | 54-1о   | Омлет натуральный                                   | 180             |       | 270,6        | 15,2  | 21,6 | 3,9      |
| напиток            |            | 54-3гн  | Чай с лимоном и сахаром                             | 200             |       | 27,2         | 0,2   | 0    | 6,6      |
| хлеб               |            | Пром.   | Батон нарезной                                      | 30              |       | 78,5         | 2,3   | 0,9  | 15,4     |
| сладкое            |            | пром.   | Джем из абрикосов                                   |                 |       |              |       |      |          |
| фрукты             |            |         |   |                 |       |              |       |      |          |
| Стоимость завтрака |            |         |   |                 | 65,89 |              |       |      |          |
| Обед               | закуска    | 54-9з   | Салат из белокачанной капусты с морковью и яблоками | 80              |       | 96,7         | 1,1   | 8,1  | 4,8      |
|                    | 1 блюдо    | 54-3с   | Рассольники Ленинградский                           | 200             |       | 125,5        | 4,8   | 5,8  | 13,6     |
|                    | 2 блюдо    | 54-12м  | Плов с курицей                                      | 250             |       | 341,5        | 23,1  | 9,3  | 41,3     |
|                    | 3 блюдо    | 54-4хн  | Компот из изюма                                     | 200             |       | 75,9         | 0,4   | 0,1  | 18,3     |
|                    | хлеб бел.  | Пром.   | Батон нарезной                                      | 30              |       | 78,5         | 2,3   | 0,9  | 15,4     |
|                    | хлеб черн. | Пром.   | Хлеб ржано-пшеничный                                | 30              |       | 58,7         | 2     | 0,4  | 11,9     |
|                    | сладкое    |         |   |                 |       |              |       |      |          |
| Стоимость обеда    |            |         |   |                 | 70    |              |       |      |          |