

## Меню на 27.04.2024 для 5 – 9 класса МОУ «Ясенковская ООШ»

Школа

МОУ "Ясенковская ООШ"

Отд./корп

День

27.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54-3з	Помидор в нарезке	60		13	1	0	2
	гор.блюдо	54-3з	Омлет с зеленым горошком	150		153,5	9,7	10,6	4,8
	напиток	54-45гн	Чай с сахаром	200		21,4	0,1	0	5,2
	хлеб	Пром.	Батон нарезной	30		71	2	0	15
	сладкое	Пром.	Зефир	50		161,7	0,4	0,1	39,9
	фрукты								
				Стоимость завтрака		65,89			
Обед	закуска	54-7з	Салат из белокочанной капусты	60		85,8	1,5	6,1	6,2
	1 блюдо	155	Суп лапша с курицей	200		145,8	11,7	6,9	9,3
	2 блюдо	54-12м	Плов с курицей	200		273,2	18,5	7,4	33,1
	3 блюдо	Пром.	Сок абрикосовый	200		105,6	1	0	25,4
	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			