



УТВЕРЖДАЮ  
 25  
 17 октября 2024 г.  
 2024 г.  
 О. И. Барабаш

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 25  
 Дата 17 октября 2024 г.  
 День: четверг  
 Неделя: 1  
 Номер дня недели: 4  
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
1.	Икра кабачковая	100	1,68	0,08	20,45	89,28
2.	Плов из отварной говядины	200	20,40	20,09	32,44	396,00
3.	Фруктовый чай ( с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80
4.	Хлеб пшеничный	50	2,98	0,36	21,08	111,62
5.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
	<b>Всего:</b>	<b>590</b>	<b>27,90</b>	<b>21,38</b>	<b>102,53</b>	<b>739,54</b>
<b>ОБЕД</b>						
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	100	1,18	3,20	8,88	69,13
2.	Рассольник	250	2,53	6,25	14,98	127,26
3.	Голубцы ленивые	100	8,33	9,50	6,26	190,40
4.	Каша вязкая (ячневая)	180	5,58	10,98	31,08	257,20
5.	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
8.	Яблоко свежее	120	0,50	0,50	12,25	55,50
	<b>Всего:</b>	<b>1050</b>	<b>24,24</b>	<b>31,31</b>	<b>132,10</b>	<b>976,27</b>

Директор МБОУ СОШ № 25  
 Зав. производством ИП Лыбзикова Т.В.



О. И. Барабаш  
 И. И. Марануше