



Утверждаю:
Начальник ЛДПД
А.Н. Марышина
09 июня 2023 год

МЕНЮ

на 13.06.2023 год
с 11 до 17 лет (ЛДПД)

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ		Отд./корп	День						9
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	274	запеканка манная с изюмом, молоко сгущенное	200/30	38,95	384,4	10,96	7,25	67,65	
	хлеб	105	масло сливочное	10	8,49	74,8	0,05	8,25	0,08	
	гор.напиток	494	чай с лимоном	200	3,85	61,62	0,10	0,00	15,20	
		108	хлеб пшеничный	50	3,3	117,5	3,8	0,4	24,60	
		112	яблоко	250	37,75	47	0,4	0,4	9,8	
Завтрак 2	фрукты	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
			шоколад молочный	25	26,95	138,50	2,45	8,68	12,60	
Обед	закуска	51	салат из свеклы и моркови	100	13,15	127,00	1,30	10,30	7,10	
	1 блюдо	143/357	суп овощной с фасолью и говядиной	250	31,18	172,1	9,11	8,28	15,28	
	2 блюдо	345/453	биточки рыбные, соус томатный	100/50	49,06	133,22	14,76	5,07	15,15	
		414	рис припущенный	180	13,93	237,78	4,25	7,25	38,88	
	сладкое	520	напиток клюквенный	200	12,8	83,00	0,10	0,00	20,70	
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	50	3,3	117,5	3,8	0,4	24,60	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	50	3,35	90,50	3,30	0,60	17,00	
		112	киви	100	23	47,00	0,80	0,40	8,10	
		112	банан	230	37,26	96,00	1,50	0,50	21,00	
	итого по рациону дня:				1895		2019,92	57,68	57,98	299,74
стоимость детодня:					331,32					

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева