

Утверждаю
Директор школы

МЕНЮ СОШ №33

17 Марта 2021г.

Завтрак I смена 8:35	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Тефтели из говяд с соусом	13	4.5		122	80/30	39,50
Каша гречневая с маслом	9	8	24	257	150/10	15,40
Салат из св. помидор	1	4	2	93	60	15,60
Компот из шипов. витам	1		34	144	200	10,10
Хлеб пшеничный	4	1	24	118	30	1,60
Итого :	16	25	68	556		82,20
Обед 12:00 5-11 классы	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Салат «Мясной»	5.4	17	19.9	191.9	100	35,30
Суп картофельный с горохом и гречками	8	6	20	163	250/20	27,00
Каша пшеничная	5	6	27	183	150	11,00
Курица отварная с соусом	13	4.5		122	80/50	42,40
Сок яблочный	1		20	92	200	15,00
Хлеб ржано-пшеничный	2		13	63	30	1,70
Итого за обед:	34.4	33.5	109.	814.9		132,4
Горячие питание II смена 14:25	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Тефтели из говяд с соусом	13	4.5		122	80/30	39,50
Каша гречневая с маслом	9	8	24	257	150/10	15,40
Салат из св. помидор	1	4	2	93	60	15,60
Компот из шипов. витам	1		34	144	200	10,10
Хлеб пшеничный	4	1	24	118	30	1,60
Итого :	16	25	68	556		82,20

Приятного аппетита

Зав. Столовой

И.П. Раменская О.С.

