

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа «Ясень»
с.им.9 Января Оренбургского района



Утверждаю
Директор МБОУ «Школа Ясень»
Старикова С.П.

МЕНЮ

Дата: 11.03.2025г
День 7 (вторник)
Сезон: весеннее-летний
Возрастная категория: 7-11

	№рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Ккал, на 100г.	цена
завтрак	211	ОМЛЕТ С СЫРОМ	150	248.9	50,50
	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (БАТОН)	30	92.0	10,20
	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	105.3	9,18
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	47.4	1,40
	340	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН, ЯБЛОКО, БАНАН ИЛИ ГРУША)	100	45.6	20,15
Итого:				539.1	91,43

12-18 лет

завтрак	211	ОМЛЕТ С СЫРОМ	200	331.0	70,63
	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (БАТОН)	30	92.0	9,90
	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	105.3	9,39
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	47.4	1,40
	340	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН, ЯБЛОКО, БАНАН ИЛИ ГРУША)	100	45.6	29,86
Итого:				621.3	121,18