

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



Утверждаю:
Директор МБОУ
«Школа Ясень»

Старикова С.П.

МЕНЮ

Дата:19.02.2025г
День:3(среда)
Сезон: осеннее-зимний
Возрастная категория:7-11

	№рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Ккал, на 100г.	цена
завтрак	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ (С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ)	180	232.3	47,98
	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30	78.3	9,20
	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	107.0	10,49
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	47.4	1,40
	340	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН,МАНДАРИН,ЯБЛОКО,БАНАН ИЛИ ГРУША)	100	36.9	24,33
Итого:				501.9	93,40

12-18 лет

завтрак	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ (С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ)	230	297.3	60,85
	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30	102.7	11,31
	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	107.0	10,21
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	47.4	1,40
	340	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН,МАНДАРИН,ЯБЛОКО,БАНАН ИЛИ ГРУША)	100	36.9	33,79
Итого:				591.2	117,56