



Утверждено-----

Неугодников М.В.

**МЕНЮ**  
для учащихся 7-11 лет  
МБОУ «Игримская СОШ имени Г.Е.Собянина»  
на 18 января 2023 года

Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Колбаса вареная припущенная с/с	50/50	4,20	2,10	27,90	147,50
Макаронные изделия отварные	250	5,20	4,20	25,80	161,40
Салат из свежих овощей	100	1,26	7,12	12,10	114,50
Хлеб пшеничный	50	3,50	3,50	23,40	111,50
Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	29,30	118,40
<b>Всего:</b>		<b>14,46</b>	<b>16,92</b>	<b>118,50</b>	<b>653,30</b>
Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Рассольник "Ленинградский"	250	2,40	4,30	6,60	75,10
Плов из говядины	50/200	13,90	14,70	53,20	406,00
Салат из свеклы с чесноком	100	1,62	6,08	8,53	93,90
Хлеб пшеничный	50	3,50	3,50	23,40	111,50
Хлеб ржаной	60	4,95	0,90	25,05	130,50
Фрукты свежие	100	0,30	0,00	29,30	118,40
Компот из сухофруктов	200	0,10	0,10	21,20	85,70
<b>Всего:</b>		<b>26,77</b>	<b>29,58</b>	<b>167,28</b>	<b>1021,10</b>

Ответственный за питание:

Медицинский работник:

