

Меню

МБОУ ЛСТУ №2

24 июня 2025 года

"Утверждено"



МБОУ ЛСТУ №2
Попкова Т.Н.

п/п	Раскл.	Наименование блюд	Выход	Цена	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценн. (ккал)
					Б	Ж	У	
Завтрак 1-4 класс								
1	301/132,29	Омлет натуральный	1/150	61,08	12,92	20,07	3,46	244,54
2	94/380,03	Бутерброд с маслом	1/45	28,54	1,80	18,78	11,25	221,62
3	494/294,31	Чай с лимоном	1/200	4,30	0,66	0,16	15,30	59,16
4	112/3,14	Банан	1/150	34,20	2,25	0,75	31,50	144,00
		Итого:		128,12				
Завтрак 5-11 класс								
1	301/132,29	Омлет натуральный	1/200	81,44	16,79	26,09	4,49	317,90
2	94/380,03	Бутерброд с маслом	1/40	25,37	1,60	16,67	10,00	197,00
3	494/294,31	Чай с лимоном	1/200	4,30	0,66	0,16	15,30	59,16
4	112/3,14	Банан	1/150	34,20	2,25	0,75	31,50	144,00
		Итого:		145,31				
Обед 1-4 класс								
1	106/0,01	Помидоры порционные	1/100	19,23	1,10	0,20	3,80	24,00
2	149/49,23	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	1/250	19,30	9,76	6,82	19,01	175,10
		Плов из отварной говядины	1/150	70,04	11,34	11,16	29,52	264,00
3	370/211,52	Напиток из шиповника	1/200	8,12	0,70	0,30	22,80	97,00
4	493/197	Хлеб "Новый"	1/23	1,82	3,69	0,20	8,80	35,43
5	109/ 6,06	Итого:		118,51				
Обед 5-11 класс								
1	106/0,01	Помидоры порционные	1/70	14,42	0,77	0,14	2,66	16,80
	149/49,23	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	1/250	19,30	9,76	6,82	19,01	175,10
2	370/211,52	Плов из отварной говядины	1/180	84,05	13,52	13,32	35,23	315,13
3	493/197	Напиток из шиповника	1/200	8,12	0,70	0,30	22,80	97,00
4	109/ 6,06	Хлеб "Новый"	1/33	2,60	2,82	0,29	12,63	50,83
		Итого:		128,49				
Полдник								
1	518/ 36	Сок фруктовый 0,2	1 шт	18,00	1,00	0,00	25,40	110,00
2	559/307,05	Булочка Веснушка	1/60	9,17	4,70	3,70	34,20	189,00
		Итого:		27,17				