

МЕНЮ учащихся 1-4 классов
МБОУ МО Плавский район «ПСОШ№1»

на «09» января 2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Лапшевник с творогом	200	329
	Соус сметанный натуральный	50	12,8
	Чай с лимоном и сахаром	220	153,5
	Батон нарезной	30	21,4
	Сыр	30	108
Стоимость завтрака: 68,34			636
Обед	Салат из свеклы с черносливом	60	63,7
	Щи из свежей капусты со сметаной	200	92,2
	Картофельное пюре	150	203,50
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	147,3
	Компот из смеси сухофруктов	200	81
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
	Стоимость обеда за счет средств родителей : 66,22		

МЕНЮ учащихся 5-11 классов
МБОУ МО Плавский район «ПСОШ№1»

На «09» января 2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Запеканка из творога	100	299
	Чай с сахаром	200	21,4
Стоимость завтрака: 34,00			320,40
Обед	Салат из свеклы с черносливом	60	63,7
	Щи из свежей капусты со сметаной	200	92,2
	Картофельное пюре	150	203,50
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	147,3
	Компот из смеси сухофруктов	200	81
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
Стоимость обеда за счет средств родителей : 66,22			582

