



Утверждаю»

Директор школы:

Е.Л.Тюрикова

2023 г.

Меню на «12» 01 _____ 2023 г.

N п/п	Наименование блюда	Выход продуктов	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	ОБЕД					
1	Щи из свежей капусты с курицей и сметаной	250/65	13,15	8,79	11,75	258,66
2	Рис отварной с маслом сливочным	180/5	2,59	3,39	26,85	170,12
3	Рыба отварная	100	9,57	8,30	0,43	114,72
4	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	0,33	0,00	22,66	91,98
5	Морковь отварная с маслом растительным	100	1,43	6,09	8,36	93,9
6	Хлеб в/с	30	4,86	0,72	25,2	121,88
7	Хлеб ржаной	40	1,35	0,28	12,8	60,5
	Итого	900/70	33,28	27,57	108,05	911,76