

« Утверждаю»

Директор школы:

Е.Л.Тюрикова

2023 г.

Меню на « 7 » 03, 2023 г.

N п/п	Наименование блюда	Выход продуктов	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Завтрак (многодетные 1-4 класс)					
1	Каша вязкая геркулесовая с маслом сливочным	200/5	6,33	8,90	25,49	207,38
2	Бутерброд с сыром	35/15	4,7	7,9	7,3	123
3	Чай с молоком с сахаром	200	2,08	1,60	12,90	89,10
	Итого	435/20	13,11	18,4	111,39	419,48
1	ОБЕД (вся начальная школа)					
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	200/55	2,18	2,56	7,65	84,59
3	Курица в соусе с томатом	120	34,5	41,62	35,44	434,29
4	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	160/5	4,82	8,71	30,66	220,35
5	Какао с молоком и сахаром	200	3,52	3,72	25,49	145,2
6	Пюре из моркови	60	1,44	3,74	8,33	72,78
7	Хлеб в /с	40	4,86	0,72	25,2	121,88
	Хлеб ржаной	30	1,35	0,28	12,8	60,5
	Итого	810/60	52,67	61,35	145,57	1139,59
	Итого за день	1245/80	65,78	79,75	256,96	1559,07