

Директор школы:



Е.Л.Тюрикова

2023 г.

Меню на «10» 03 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход продуктов	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	<b>Завтрак (многодетные 1-4 класс)</b>					
1	Каша рисовая с маслом сливочным	200/5	3,09	4,07	36,98	207,00
2	Бутерброд с повидлом	40/20	1,2	3,1	21,0	118,0
3	Какао с молоком и сахаром	200	3,52	3,72	25,49	145,2,0
	<b>Итого</b>	<b>440/25</b>	<b>6,81</b>	<b>10,89</b>	<b>83,47</b>	<b>470,2</b>
1	<b>ОБЕД (вся начальная школа)</b>					
2	Суп картофельный с макаронными изделиями мясными фрикадельками	200/20	5,83	4,56	13,59	118,80
3	Гуляш из мяса курицы	100	12,55	12,99	4,01	182,25
4	Картофельное пюре с маслом сливочным	170/5	2,34	16,71	3,79	174,02
5	Компот из плодов и ягод сушеных (чернослив)	200	0,3	0,2	21,87	110,58
6	Капуста тушеная	60	2,62	3,23	13,45	87,16
7	Хлеб в/с	40	4,86	0,72	25,2	121,88
	Хлеб ржаной	30	1,35	0,28	12,8	60,5
	<b>Итого</b>	<b>780/25</b>	<b>29,86</b>	<b>38,69</b>	<b>94,71</b>	<b>938,66</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1220/50</b>	<b>36,67</b>	<b>49,58</b>	<b>178,18</b>	<b>1408,86</b>