



Директор школы:

Е.Л.Тюрикова

2023 г.

Меню на «13» 01

2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход продуктов	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Завтрак (многодетные 1-4 класс)					
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
	Итого	440/25	6,81	10,89	83,47	470,2
1	ОБЕД (вся начальная школа)					
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
	Итого	780/25	29,86	38,69	94,71	938,66
	Итого за день	1220/50	36,67	49,58	178,18	1408,86