



Директор школы:

Е.Л.Тюрикова

2023 г.

Меню на « 17 » 01 2023 г.

N п/п	Наименование блюда	Выход продуктов	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	<b>Завтрак (многодетные 1-4 класс)</b>					
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	Молоко кипяченое	200	5,60	4,9	9,38	162,00
	<b>Итого</b>	<b>435/20</b>	<b>16,63</b>	<b>21,7</b>	<b>42,17</b>	<b>492,38</b>
1	<b>ОБЕД (вся начальная школа)</b>					
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	200/55	2,18	2,56	7,65	84,59
3	Гуляш из отварной курицы	100	12,55	12,99	4,01	182,25
4	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	8,77	9,35	57,93	336,51
5	Компот из плодов и ягод сушеных (изюм)	200	0,3	0,2	21,87	110,58
6	Свекла отварная с маслом растительным	60	1,07	4,54	6,24	70,01
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>780/5</b>	<b>31,01</b>	<b>30,64</b>	<b>135,7</b>	<b>966,32</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1215/5</b>	<b>47,64</b>	<b>52,34</b>	<b>177,87</b>	<b>1458,70</b>