

Директор школы:

Е.Л.Тюрикова

2023 г.

Меню на « 20 » 01



N п/п	Наименование блюда	Выход продуктов	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	<b>Завтрак (многодетные 1-4 класс)</b>					
1	Каша гречневая с маслом сливочным	200/5	6,21	5,28	32,79	223,00
2	Бутерброд с маслом сливочным	25/15	4	16,7	23,8	264
3	Какао с молоком и сахаром	200	3,52	3,72	25,49	145,2
	<b>Итого</b>	<b>425/20</b>	<b>13,73</b>	<b>25,7</b>	<b>82,8</b>	<b>632,2</b>
1	<b>ОБЕД (вся начальная школа)</b>					
2	Борщ из свежей капусты с картофелем и тушеным консервированным мясом и сметаной	200/21	4,45	6,23	4,8	168,53
3	Плов с мясом птицы	175/108	37,2	45,33	41,05	747,09
4	Компот из плодов и ягод сушеных (чернослив)	200	0,33	0,2	21,87	110,58
5	Икра свекольная	60	1,18	2,30	6,17	50,05
6	Хлеб в/с	40	4,86	0,72	25,2	121,88
7	Хлеб ржаной	30	1,35	0,28	12,8	60,5
	<b>Итого</b>	<b>705/129</b>	<b>49,37</b>	<b>55,06</b>	<b>111,89</b>	<b>1258,63</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1130</b>	<b>53,1</b>	<b>80,76</b>	<b>194,69</b>	<b>1890,83</b>