

Директор школы:

Е.Л.Тюрикова

2023 г.

Меню на «20» 04

2023 г.



| N 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 | 197,00 |
| 2 | Бутерброд с сыром | 35/15 | 4,7 | 7,9 | 7,3 | 123 |
| 3 | Чай с молоком и сахаром | 200 | 2,08 | 1,60 | 12,90 | 89,00 |
| | Итого | 435/20 | 9,87 | 13,57 | 57,18 | 409 |
| | | | | | | |
| 1 | ОБЕД (вся начальная школа) | | | | | |
| 2 | Щи из свежей капусты с тушеным консервированным мясом и сметаной | 200/21 | 2,23 | 4,82 | 10,4 | 126,38 |
| 3 | Жаркое по-домашнему с мясом курицы | 175/72 | 18,42 | 20,69 | 19,77 | 337,60 |
| 4 | Компот из плодов и ягод суш (кураг) | 200 | 0,3 | 0,2 | 21,87 | 90,58 |
| 5 | Капуста тушеная | 60 | 2,62 | 3,23 | 13,45 | 87,16 |
| 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 |
| | Итого | 680 | 29,78 | 29,94 | 103,49 | 824,1 |
| | Итого за день | 1115 | 39,65 | 43,51 | 160,67 | 1233,10 |