



Директор школы:

Е.Л.Тюрикова

Е.Л.Тюрикова

«21» ОУ

2023 г.

Меню на « 21 » ОУ 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход продуктов	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Завтрак (многодетные 1-4 класс)					
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
	Итого	425/20	13,73	25,7	82,8	632,2
1	ОБЕД (вся начальная школа)					
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
	Итого	705/129	49,37	55,06	111,89	1258,63
	Итого за день	1130	53,1	80,76	194,69	1890,83