

Директор школы:


Е.Л.Тюрикова

«31» 01 2023 г.

Меню на « 31 » 01 2023 г.

N п/п	Наименование блюда	Выход продуктов	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Завтрак (многодетные 1-4 класс)					
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
	Итого	435/20	16,63	21,7	42,17	492,38
1	ОБЕД (вся начальная школа)					
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
	Итого	780/5	31,01	30,64	135,7	966,32
	Итого за день	1215/5	47,64	52,34	177,87	1458,70