

« Утверждаю »

Директор школы:

Е.Л.Тюрикова

2023 г.

Меню на « 1 » 02 2023 г.

| N п/п | Наименование блюда | Выход продуктов | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|-------|--|-----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| | Завтрак | | | | | |
| 1 | Каша пшенная с маслом сливочным | 205/5 | 6,04 | 7,27 | 34,29 | 227,16 |
| 2 | Бутерброд с джемом | 50/20 | 4,1 | 12,6 | 55,6 | 349 |
| 3 | Какао на молоке с сахаром | 200 | 4,9 | 5,0 | 32,5 | 190,0 |
| | Итого | 455 | 15,04 | 24,87 | 122,39 | 766,16 |
| | ОБЕД | | | | | |
| 1 | Суп молочный с макаронными изделиями | 250/20 | 6,98 | 7,65 | 24,66 | 195,10 |
| 2 | Рис отварной с маслом сливочным | 180/5 | 2,59 | 3,39 | 26,85 | 170,12 |
| 3 | Тефтели «ежики» в соусе | 100 | 9,16 | 13,53 | 9,44 | 196,14 |
| 4 | Кофейный напиток с молоком и сахаром | 200 | 4,35 | 4,83 | 17,93 | 134,22 |
| 5 | Морковь отварная с маслом растительным | 100 | 1,43 | 6,09 | 8,36 | 93,9 |
| 6 | Хлеб в/с | 30 | 4,86 | 0,72 | 25,2 | 121,88 |
| 7 | Хлеб ржаной | 40 | 1,35 | 0,28 | 12,8 | 60,5 |
| | Итого | 900 | 30,72 | 36,49 | 125,24 | 971,86 |
| | Итого за день | 1355 | 45,76 | 61,63 | 247,63 | 1780,02 |