

« Утверждаю»

Директор школы:

Е.Л.Тюрикова

2023 г.

Меню на « 7 » 03 2023 г.



N п/п	Наименование блюда	Выход продуктов	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Завтрак					
1	Каша вязкая геркулесовая с маслом сливочным	205/5	6,33	8,90	25,49	207,38
2	Бутерброд с сыром	50/15	7,6	4,3	23,7	168
3	Чай с молоком и сахаром	200	1,40	1,60	16,40	86,00
	Итого	455/20	15,33	14,8	65,59	461,38
	ОБЕД					
1	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	250/65	2,83	2,86	21,76	124,09
2	Курица в соусе с томатом	120	34,5	41,62	35,44	534,49
3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/5	8,95	6,73	43,00	276,53
4	Какао с молоком и сахаром	200	4,9	0,70	32,5	190,00
5	Пюре из моркови	100	1,1	3,74	6,6	56,5
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	920/70	58,49	56,65	177,26	1363,99
	Итого за день	1379	73,82	71,45	242,85	1825,37