



« Утверждаю »

Директор школы:

Е.Л.Тюрикова

2023 г.

Меню на « 14 » 03 2023 г.

N п/п	Наименование блюда	Выход продуктов	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	<b>Завтрак</b>					
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	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	10,08	120,12
	<b>Итого</b>	<b>455</b>	<b>19,52</b>	<b>19,58</b>	<b>59,27</b>	<b>495,51</b>
	<b>ОБЕД</b>					
1	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	250/65	2,83	2,86	21,76	124,09
2	Гуляш из отварной курицы	100	12,55	12,99	4,01	182,25
3	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5	6,62	5,42	31,73	202,14
4	Компот из плодов и ягод сушеных (изюм)	200	0,33	0,00	22,66	91,98
5	Свекла 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
	<b>Итого</b>	<b>900</b>	<b>29,97</b>	<b>28,36</b>	<b>126,52</b>	<b>876,74</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1355</b>	<b>49,49</b>	<b>47,94</b>	<b>185,79</b>	<b>1372,25</b>