

« Утверждаю»

Директор школы:

Е.Л.Тюрикова

2023 г.

Меню на « 14 » 04 2023 г.



N п/п	Наименование блюда	Выход продуктов	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	<b>Завтрак</b>					
1	Каша рисовая с маслом сливочным	205/5	5,12	6,62	32,61	210,13
2	Бутерброд с повидлом	50/20	4,1	12,6	55,6	349
3	Какао с молоком и сахаром	200	4,9	0,70	32,5	190,00
	<b>Итого</b>	<b>455</b>	<b>14,12</b>	<b>19,92</b>	<b>120,71</b>	<b>749,13</b>
	<b>ОБЕД</b>					
1	Суп картофельный с макаронными изделиями мясными фрикадельками	250/35	9,76	6,82	19,01	175,01
2	Гуляш из отварной курицы	100	12,55	12,99	4,01	182,25
3	Картофельное пюре с маслом	180/5	3,67	5,76	24,53	164,70
4	Компот из плодов и ягод сушеных (чернослив)	200	0,33	0,00	22,66	91,98
5	Капуста тушеная	100	2,62	3,23	13,45	87,16
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>35,14</b>	<b>29,8</b>	<b>121,66</b>	<b>883,48</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1355</b>	<b>49,26</b>	<b>49,72</b>	<b>242,37</b>	<b>1632,61</b>