



« Утверждаю»

Директор школы:

Е.Л.Тюрикова

2023 г.

Меню на « 15 » 02 2023 г.

N п/п	Наименование блюда	Выход продуктов	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	<b>Завтрак</b>					
1	Каша пшеничная 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
	<b>Итого</b>	<b>455</b>	<b>15,04</b>	<b>24,87</b>	<b>122,39</b>	<b>766,16</b>
	<b>ОБЕД</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>900</b>	<b>30,72</b>	<b>36,49</b>	<b>125,24</b>	<b>971,86</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1355</b>	<b>45,76</b>	<b>61,63</b>	<b>247,63</b>	<b>1780,02</b>