« Утверждаю»

Директор школы:

_____Е.Л.Тюрикова

«16»_02_____2023 г.

Меню на «16»_02_____2023 г.

N п/п	Наименование блюда	Выход продуктов	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Завтрак					
1	Каша рисовая с маслом сливочным	205/5	5,12	6,62	32,61	210,13
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**	**14,12**	**12,52**	**72,71**	**464,13**
	ОБЕД					
1	Щи из свежей капусты с тушеным консервированным мясом и сметаной	250/25	13,15	8,79	11,75	258,66
2	Жаркое по- домашнему с мясом курицы	200/81	15,38	19,59	18,20	308,58
3	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	0,33	0,00	22,66	91,98
4	Капуста тушеная	100	2,62	3,23	13,45	87,16
5	Хлеб в/с	30	4,86	0,72	25,2	121,88
6	Хлеб ржаной	40	1,35	0,28	12,8	60,5
7	**Итого**	**800**	**37,69**	**32,61**	**104,06**	**928,76**
	Итого за день	**1255**	**51,81**	**45,13**	**176,77**	**1392,89**