



« Утверждаю »

Директор школы:

Е.Л.Тюрикова

2023 г.

Меню на « 17 » 09 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	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	10,08	120,12
	Итого	455	19,52	19,58	59,27	495,51
	ОБЕД					
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
	Итого	900	29,97	28,36	126,52	876,74
	Итого за день	1355	49,49	47,94	185,79	1372,25