



« Утверждаю »

Директор школы:

Е.Л.Тюрикова

2023 г.

Меню на « 17 » 02 2023 г.

| N п/п | Наименование блюда | Выход продуктов | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|-------|---|-----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| | Завтрак | | | | | |
| 1 | Каша гречневая с маслом сливочным | 205/5 | 7,94 | 8,21 | 35,13 | 246,17 |
| 2 | Бутерброд с маслом сливочным | 50/15 | 4 | 16,7 | 23,8 | 264 |
| 3 | Какао с молоком и сахаром | 200 | 4,9 | 5,0 | 32,5 | 190,0 |
| | Итого | 455 | 16,84 | 29,91 | 91,43 | 700,17 |
| | ОБЕД | | | | | |
| 1 | Борщ из свежей капусты с картофелем и тушеным консервированным мясом и сметаной | 250/25 | 10,9 | 6,9 | 85 | 182,0 |
| 2 | Плов с мясом птицы | 200 | 37,2 | 45,33 | 41,05 | 747,09 |
| 3 | Компот из плодов и ягод сушеных (чернослив) | 200 | 0,33 | 0,00 | 22,66 | 91,98 |
| 4 | Икра свекольная | 100 | 4,54 | 15,14 | 27,23 | 239,18 |
| 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 | 820 | 59,18 | 68,37 | 213,94 | 1442,63 |
| | Итого за день | 1275 | 76,02 | 98,28 | 305,37 | 2142,80 |