

« Утверждаю»

Директор школы:

Е.Л.Тюрикова

2023 г.

Меню на «21» 02 2023 г.

N п/п	Наименование блюда	Выход продуктов	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	<b>Завтрак</b>					
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	Чай с молоком и сахаром	200	1,40	1,60	16,40	86,00
	<b>Итого</b>	<b>455/20</b>	<b>15,33</b>	<b>14,8</b>	<b>65,59</b>	<b>461,38</b>
	<b>ОБЕД</b>					
1	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	250/65	2,83	2,86	21,76	124,09
2	Курица в соусе с томатом	120	34,5	41,62	35,44	534,49
3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/5	8,95	6,73	43,00	276,53
4	Какао с молоком и сахаром	200	4,9	0,70	32,5	190,00
5	Пюре из моркови	100	1,1	3,74	6,6	56,5
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>920/70</b>	<b>58,49</b>	<b>56,65</b>	<b>177,26</b>	<b>1363,99</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1379</b>	<b>73,82</b>	<b>71,45</b>	<b>242,85</b>	<b>1825,37</b>