

« Утверждаю»

Директор школы:

Е.Л.Тюрикова

2023 г.

Меню на « 25 » 01 2023 г.

N п/п	Наименование блюда	Выход продуктов	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Завтрак					
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	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	10,08	120,12
	Итого	455/25	15,73	26,25	99,97	696,28
	ОБЕД					
1	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	250/65	3,15	6,91	10,84	129,42
2	Плов с мясом птицы	200	37,2	45,33	41,05	747,09
3	Компот из плодов и ягод сушеных(сухофрукты)	200	0,56	0,00	27,89	111,84
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	800/65	51,66	68,38	145,01	1409,91
	Итого за день	1255/65	67,39	94,63	244,98	2106,19