

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Нартасская средняя общеобразовательная школа»

Семенов В.П.

МЕНЮ на 26 января 2023 г

Наименование блюд	5-11 классы			Белк и	Жир ы	Углев оды	№ реце птур ы
	Норма выхода	Ккал.	цена				
завтрак							
Масло порционное	20	33	11-20	0,2	16,6	0,2	96
Макароны с сыром	180	301	19-92	9,7	11,1	38,3	333
Ряженка	200	154	14-00	14,0	6,2	10,2	698
Хлеб пшеничный	40	99	2-49	3,1	0,4	19,9	
сок яблочный			47-61				
обед							
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	350	335	15-00	14,0	16,8	25,2	96
Рыба тушеная в томате с овощами	100	112	37-26	10,6	5,1	5,6	333
Каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	274	8-38	4,6	7,4	45,6	698
Компот из свежих яблок	200	142	4-64	0,3	0	26,1	633
Хлеб пшеничный	40	99	2-49	3,1	0,4	19,9	707
Хлеб ржаной	40	79	2-11	2,5	0,4	16,1	
сок яблочный (мобелену)	200	110	20-53	10	0	25,4	707

Старший повар  /Л.А.Милочкина

90-35