



УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы:  
В.А. Янцитов

**МЕНЮ**  
на «20» 03 2022 года

Прием пищи	Раздел	№ рецеп	Блюдо	Выход, гр	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	177	Каша "Дружба" молочная с маслом	210	10=57	229	5,8	7,03	26,2	
		3/6	Бутерброд с маслом	25	5=00	115	2,24	4,53	6,8	
		102	сок	200	10=50	88	1		18,2	
		424	Яйцо вареное	40	6=60	63	5,1	4,6	0,3	
Завтрак 2	фрукты	420	Яблоко	200	17=00	92	0,8		19,6	
				<b>Итого:</b>	<b>49=67</b>					
Обед	закуска									
		1 блюдо	187	Суп картофельный с рыбными консервами	250	134=12	187	8,6	8,4	20,5
		2 блюдо	394	Жаркое домашнему	230	29=41	319	22,7	20,5	27,5
		гарнир	83	Сельдь с луком	50	7=57	67	4,54	3,33	1,6
		напитки	588	компот из сухофруктов	200	2=11	124	0,6		31,4
		хлеб бел.	4		40	2=20	93	3,52	1,8	20,9
		хлеб черн.	5		30	1=38	64	2,3	1	15
						<b>Итого:</b>	<b>55=79</b>			

Диетсестра: *Сергеева* Сергеева О.О.