

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор школы :  /М. М. Быкова/



МЕНЮ

на « 03 » апреля 2024 года (3)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена блюда
	Завтрак	590	18,2	17,8	88,4	586,2	107,7
	Овощи натуральные	60	0,7	0,1	2,7	14,3	12,0
	Плов из мяса	200	12,5	13,7	36,5	319,3	62,30
	Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	15,5
	Фрукты в ассортименте	130	0,6	0,5	19,9	86,5	16,0
	Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	1,9
	<u>Обед</u>						
	<u>Салат овощной</u>	80	1,8	4,0	7,3	72,4	34,0
	Суп картофельный с рыбой	250/30	5,7	6,3	19,1	155,9	33,3
	Биточки из говядины	90	8,1	11,8	14,3	195,8	42,5
	Капуста тушеная	150	3,1	3,9	12,4	97,1	14,7
	Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,0	22,2	89,8	8,2
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,9
	Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	77,8	3,8
	Итого за приём пищи	800	21,6	26,7	100,9	730,1	138,4
	Итого за день		40	44	189	1316	