


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

МЕНЮ

на « 12 » апреля 2024 года (20)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена блюда
	завтрак	605	21,8	20,8	73,5	572,3	107,7
	Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	16,0
	Котлеты из говядины и курицы «Школьные»	90	11,3	9,8	11,9	181,0	32,9
	Каша гречневая вязкая отварная	150	1,7	4,5	24,3	148,6	11,4
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	60,8	3,6
	Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке	125	1,8	1,5	4,5	38,7	16,0
	Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	1,9
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,9
	сок						24,0
	<u>Обед</u>						
	<u>Салат из свежих огурцов</u>	80	0,6	4,1	2	47,1	24,0
	Суп с макаронными изделиями с курицей	250/10	7,3	6,1	18,5	158,1	33,2
	Печень тушеная с овощами	100	11,7	10,8	4,9	164	42,3
	Картофель толченый, по-деревенски	150	3,4	5,8	29,4	183,5	16,2
	Компот из кураги	200	0,9	0	31,3	128,8	17,0
	Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	77,8	3,8
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,9
	Итого за приём пищи	790	26,6	27,4	111,7	800,2	138,4
	Итого за день		48	48	185	1373	