УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы : _____/М. М. Быкова/

МЕНЮ

на « 12 » декабря 2023 года (6)

	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена блюда
	Завтрак	**570**	**11,7**	**12,8**	**85,8**	**505**	**107,7**
	Каша пшенная жидкая с маслом	200/5	4,8	6,9	28	193,3	**29,6**
	Кондитерское изделие пром.изготовления в ассортименте(пряники, печенье,вафли)	40	1,1	1,5	21,0	101,9	**15,0**
	Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	**16,7**
	Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке	125	1,8	1,5	4,5	38,7	**29,0**
	Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	**15,6**
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	**1,8**
	Обед						
	Салат из белокачанной капусты с зеленым горошком Или Салат из свежих помидоров	80 80	1,2 0,8	4 4,1	2,9 2,8	52,4 51,1	**14,1**
	Суп сырный со сметаной	250/5	7,7	9,7	18,7	192,9	**29,2**
	Мясо тушеное	100	10,3	9,9	3,8	145,5	**42,3**
	Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	**16,20**
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,0	20,6	83,2	**8,20**
	Фрукты в ассортименте	100	0,4	0	14,4	59,2	**23,0**
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	**1,8**
	Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	77,8	**3,6**
	Итого за приём пищи	885	**25,8**	**28,7**	**109,5**	**798,9**	**138,4**
	Итого за день		**37**	**41**	**195**	**1304**	