

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



МЕНЮ

на « 18 » марта 2024 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 пшенинная жидкая с маслом	200/5	4,8	6,9	28	193,3	34,8
	Кондитерское изделие пром.изготовления в ассортименте(пряники, печенье,вафли)	40	1,1	1,5	21,0	101,9	24,60
	Какао с молоком	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,7
	Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке	125	1,8	1,5	4,5	38,7	26,80
	Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,9
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,9
	Обед						
	Салат из белокачанной капусты с зеленым горошком	80	1,2	4	2,9	52,4	14,1
	Или Салат из свежих помидоров	80	0,8	4,1	2,8	51,1	
	Суп сырный со сметаной	250/5	7,7	9,7	18,7	192,9	27,0
	Мясо тушеное	100	10,3	9,9	3,8	145,5	42,0
	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	9,20
	Фрукты в ассортименте	100	0,4	0	14,4	59,2	23,0
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	2,3
	Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	77,8	4,6
	Итого за приём пищи	885	25,8	28,7	109,5	798,9	138,4
	Итого за день		37	41	195	1304	