УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы : _____ /М. М. Быкова/

МЕНЮ

на « 29 » сентября 2023 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**	**109,4**
	Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	**14,2**
	Котлеты из говядины и курицы «Школьные»	90	11,3	9,8	11,9	181,0	**25,9**
	Каша гречневая вязкая отварная	150	1,7	4,5	24,3	148,6	**19,4**
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	60,8	**2,9**
	Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке	125	1,8	1,5	4,5	38,7	**21,0**
	Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	**2,2**
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	**3,8**
	конфета						**20,0**
	Обед						
	Салат из свежих огуроцов	80	0,6	4,1	2	47,1	**20,0**
	Суп с макаронными изделиями с курицей	250/10	7,3	6,1	18,5	158,1	**27,4**
	Печень тушеная с овощами	100	11,7	10,8	4,9	164	**36.3**
	Картофель толченый, по-деревенски	150	3,4	5,8	29,4	183,5	**17,0**
	Компот из кураги	200	0,9	0	31,3	128,8	**15,0**
	Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	77,8	**4,4**
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	**3,8**
	Итого за приём пищи	790	**26,6**	**27,4**	**111,7**	**800,2**	**123,9**
	Итого за день		**48**	**48**	**185**	**1373**	