

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



МЕНЮ

на « 23 » октября 2024года (8)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход массы порции | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | Цена блюда |
|-------------|---------------------------------------|--------------------|-------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|
| | завтрак | 525 | 23,7 | 24,96 | 72,52 | 610,6 | 107,7 |
| 3-2004 | Бутерброд с сыром | 35 | 5,3 | 3,7 | 7,2 | 83,3 | 15,5 |
| 6/8-2011 | Рагу из мяса | 250 | 15,8 | 20,7 | 28 | 361,5 | 52,5 |
| 493/2013 | Чай витаминный | 200 | 0,7 | 0,1 | 19,8 | 82,9 | 7,4 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,2 | 0,36 | 8,12 | 41,6 | 1,9 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | 1,9 |
| | йогурт | | | | | | 28,5 |
| | | | | | | | |
| | Обед | 810 | 29,7 | 29,66 | 68,92 | 662,3 | 138,4 |
| 22-2013 | <u>Салат из свежих помидор</u> | 80 | 0,8 | 4,1 | 2,8 | 51,1 | 22,0 |
| 148-2014 | Суп лапша домашняя на курином бульоне | 250 | 2,4 | 5,3 | 10,1 | 97,7 | 30,8 |
| 404-2013 | Птица отварная | 90 | 21,2 | 15,9 | 0,6 | 230,3 | 39,0 |
| 534-2004 | Капуста тушеная | 150 | 3,1 | 3,9 | 12,4 | 97,1 | 18,9 |
| 512-2013 | Компот из изюма | 200 | 0,3 | 0 | 25,5 | 103,2 | 17,0 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,2 | 0,36 | 8,12 | 41,6 | 1,9 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | 1,9 |
| | конфета | | | | | | 6,9 |
| | Итого за день | | 53,4 | 54,62 | 141,44 | 1272,9 | |