

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


## МЕНЮ

**на « 24 » января 2025 года (10)**

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена блюда
	<b>завтрак</b>	<b>665</b>	<b>21</b>	<b>20,92</b>	<b>74,34</b>	<b>572</b>	<b>107,7</b>
<b>372</b>	Наггетсы из курицы запеченные	100	12,6	14,2	5,2	199	<b>44,8</b>
<b>520/2004</b>	Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	<b>19,1</b>
<b>686/2004</b>	Чай «цитрусовый заряд»с лимоном и апельсином	200/20/10	0,2	0	15,5	62,8	<b>11,4</b>
	Йогурт молочный полужирный в инд.уп.	125	1,8	1,5	4,5	38,7	<b>28,0</b>
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,72	16,24	83,2	<b>2,2</b>
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	<b>2,2</b>
	<b>Обед</b>	<b>770</b>	<b>23,9</b>	<b>26,92</b>	<b>86,74</b>	<b>697,2</b>	<b>138,4</b>
<b>106</b>	Овощи натуральные	60	0,7	0,1	0,1	14,3	<b>17,8</b>
<b>154-1996</b>	Суп харчо с мясом	250/10	7,4	5,5	22	167,1	<b>33,8</b>
<b>365-2013</b>	Мясо тушеное с капустой	200	12,5	20,5	18,4	308,1	<b>63,2</b>
<b>585-1996</b>	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	<b>17,0</b>
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,72	16,24	83,2	<b>4,4</b>
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	<b>2,2</b>
	Итого за день		<b>44,62</b>	<b>47,8</b>	<b>188,12</b>	<b>1366,78</b>	