

«Утверждаю»
 Директор МБОУ «Аксубаевская СОШ №3»

Валиева З.К.

« 24 » 01 2024 г.

МЕНЮ (5-11 класс)

Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Закуска							
1 блюдо							
2 блюдо	260	Турки из свеклы	50/50	221	10,39	14,79	10,3
Гарнир	177	Каша гречневая рассыпчатая	150	214	3,74	2,29	39,72
Сладкое	377	Чай сахаром с лимоном	185/10/5	41,32	0,42	0,018	10,15
Хлеб пшеничный							
Хлеб ржаной	Дем 2012	Хлеб ржаной	30	59,40	1,98	0,36	11,88
	Дем 2012	Творожное	20	63,60	1,46	2,50	8,80
	376	чай с сахаром	190/10	40,0	0,07	0,02	10,01

«Утверждаю»
 Директор МБОУ «Аксубаевская СОШ №3»

Валиева З.К.

« 25 » 01 2024 г.

МЕНЮ (5-11 класс)

Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Закуска							
1 блюдо							
2 блюдо	ТТК	Котлеты из мяса птицы	75	165,0	8,50	10,77	11,49
Гарнир	312	Тюфле картофеля и бе с/м	150/2	150,45	3,08	8,25	20,47
Сладкое	376	чай с сахаром с яблок.	180/10/10	44,70	0,41	0,06	10,98
Хлеб пшеничный							
Хлеб ржаной	Дем 2012	Хлеб ржаной	40	79,20	2,64	0,48	15,84
	ТТК	Булочки «Анкавские»	50	120,83	4,18	1,60	22,43
	342	Каша из св. яблок	200	114,50	0,16	0,16	27,88