

# МЕНЮ

## МБОУ «Кармалинская сош» \_\_ суббота 2 неделя

| ГЗ младшие |                                      | Выход | Белки | Жиры  | Угл.   | Ккал   |
|------------|--------------------------------------|-------|-------|-------|--------|--------|
| 1          | Морковь свежая                       | 30    | 0,39  | 0,03  | 1,92   | 9,90   |
| 2          | Тефтели                              | 90    | 8.70  | 10,46 | 17,98  | 188,82 |
| 3          | Пюре гороховое с<br>маслом сливочным | 150/3 | 6.09  | 8.26  | 30.06  | 244.95 |
| 4          | Чай с сахаром                        | 200   | 0.07  | 0.02  | 8.00   | 32.00  |
| 5          | Хлеб пшеничный                       | 20    | 1,52  | 0.16  | 9,84   | 47,00  |
| 6          | Хлеб ржаной                          | 30    | 1.98  | 0.36  | 11.88  | 59.40  |
| Всего:     |                                      | 523   | 18,75 | 19,29 | 79,68  | 582,07 |
| ГЗ старшие |                                      | Выход | Белки | Жиры  | Угл.   | Ккал   |
| 1          | Морковь свежая                       | 50    | 0,73  | 0,05  | 3,20   | 16,50  |
| 2          | Тефтели                              | 100   | 10.67 | 14,62 | 20,98  | 309,80 |
| 3          | Пюре гороховое с<br>маслом сливочным | 180/3 | 7.81  | 9.26  | 41.95  | 266.40 |
| 4          | Чай с сахаром                        | 200   | 0.07  | 0.02  | 8.00   | 32.00  |
| 5          | Хлеб пшеничный                       | 30    | 2.28  | 0.24  | 14.76  | 70.50  |
| 6          | Хлеб ржаной                          | 30    | 1,98  | 0.36  | 11,88  | 59.40  |
| Всего:     |                                      | 593   | 23,54 | 24,55 | 100,77 | 754,60 |

Директор школы:

Совар:

