



Утверждаю

Директор школы:

Н.М.Степанов

МБОУ «Ямашинская СОШ»

Меню на «13» октября 2022г.

1-4 класс

Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Салат из свежей капусты	60		0	1	3	36
Фрикадельки в соусе сметанном	55/50		8	11	10	183
Рис отварной	150/5		3	3	37	200
Чай с сахаром	8/200		0	0	7	30
Хлеб пшеничный	30		2	0	14	70
Хлеб ржаной	20		1	0	9	45
		54,55				

5-10 класс

Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Салат из свежей капусты	60		0	1	3	36
Фрикадельки в соусе сметанном	55/50		8	11	10	183
Рис отварной	180/5		4	4	45	241
Чай с сахаром	8/200		0	0	7	30
Хлеб пшеничный	30		2	0	14	70
Хлеб ржаной	20		1	0	9	45
		46,4				

Завхоз:

К.Н.Куренова