



Утверждаю

Директор школы:

Н.М.Степанов

МБОУ «Ямашинская СОШ»

Меню на «19»января 2023

1-4 класс

Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Мандарин	100		0	0	7	38
Тефтели мясные в сметанно - томатном соусе	60/40		7	11	8	133
Макароны отварные с маслом сливочным	150/3		5	2	31	176
Напиток из свежих фруктов	200		0	0	11	63
Хлеб пшеничный	20		1	0	9	47
		64,19				

5-10 класс

Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Тефтели мясные в сметанно - томатном соусе	60/40		7	11	8	133
Макароны отварные с маслом сливочным	180/3		6	2	38	207
Напиток из свежих фруктов	200		0	0	11	63
Хлеб пшеничный	35		2	0	17	82
Хлеб ржаной	35		2	0	13	69
		55,39				

Завхоз:

К.Н.Куренова