



Утверждаю

Директор школы:

Н.М.Степанов

МБОУ «Ямашинская СОШ»

Меню на «20» января 2023

1-4 класс

Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Салат из свежей капусты с морковью	60		0	1	3	36
Плов из говядины с рисом	50/150		16	18	45	415
Чай с сахаром с яблоком	180/10/10		0	0	10	45
Хлеб пшеничный	25		1	0	12	59
Хлеб ржаной	20		1	0	7	40
		64,19				

5-10 класс

Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Салат из свежей капусты с морковью	100		1	3	6	60
Плов из говядины с рисом	50/200		18	20	54	509
Чай с сахаром с яблоком	180/10/10		0	0	10	45
Хлеб пшеничный	20		1	0	9	47
Хлеб ржаной	25		1	0	9	49
		55,39				

Завхоз:

К.Н.Куренова