



Утверждаю

Директор школы:

Н.М.Степанов

МБОУ «Ямашинская СОШ»

Меню на «26» января 2023

1-4 класс

Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Салат из белокочанной капусты	60		0	1	3	36
Рыба тушеная в томате с овощами	50/50		9	5	7	105
Картофельное пюре с маслом сливочным	150/5		3	8	20	170
Компот из свежих яблок	200		0	0	13	58
Хлеб пшеничный	20		1	0	9	47
Хлеб ржаной	20		1	0	7	39
		64,19				

5-10 класс

Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Салат из белокочанной капусты	100		1	3	6	60
Рыба тушеная в томате с овощами	50/50		9	5	7	105
Картофельное пюре с маслом сливочным	180/3		3	7	24	184
Компот из свежих яблок	200		0	0	13	58
Хлеб пшеничный	30		2	0	14	71
Хлеб ржаной	25		1	0	9	49
		55,39				

Завхоз:

К.Н.Куренова