



УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «01» июня 2023г.

(1 день)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Завтрак					
	Фрукты (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,11	144,60
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/5	7,47	8,10	18,99	210,00
	Чай с молоком и сахаром	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70
	Батон высший сорт	50	3,75	1,45	25,66	131,00
	Итого	615	17,49	19,23	83,96	605,70
2	Обед					
	Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,80	22,00
	Щи из свежей капусты с картофелем с мясными фрикадельками, со сметаной	250/22/10	7,17	10,53	8,34	163,59
	Жаркое по-домашнему с куриной грудкой	50\200	17,91	30,10	24,71	495,00
	Нектар плодовой (разливной)	200	1,00	0,20	20,20	84,80
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,0
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	119,0
	Итого	952	35,71	38,64	146,54	1037,60
3	Полдник					
	Печенье	35	2,59	3,29	25,59	142,45
	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,0
	Итого	235	8,39	8,29	35,16	249,45