

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы

Т. Н. Хайдукова

МЕНЮ на «05» октября 2024г.

Суббота (1 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калорий ность
		1-4кл					
1	Салат из свежей капусты с морковью	80	66-76	1,05	2,60	5,17	48,32
	Биточки рыбные	90		13,17	10,70	15,79	193,30
	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/3		3,63	6,50	37,58	223,35
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого	553		19,94	20,18	80,57	565,57
		Выход					
		5-11кл					
2	Салат из свежей капусты с морковью	100	57-56	1,75	4,33	8,62	90,53
	Биточки рыбные с рисом отварным рассыпчатым с маслом сливочным	90/150/3		16,80	17,20	53,36	416,65
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
	Хлеб ржаной	50		3,30	0,60	19,80	99,00
	Итого	593		21,96	22,15	91,94	647,50
		Выход	9-20				
3	Печенье	20		1,46	2,50	8,8	63,6
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
	Итого	220		1,53	2,52	18,81	103,60