

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

Т. Н. Хайдукова



МЕНЮ на «09» июня 2023г.

(8 день)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белк и	Жиры	Углеводы	Калорий ность
<b>1</b>	<b>Завтрак</b>					
	Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
	Каша пшеничная с маслом сливочным	200/5	9,89	9,90	30,95	266,00
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60
	Фрукты свежие (банан)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	Батон высший сорт	50	3,75	1,45	25,70	131,00
	<b>Итого</b>	<b>655</b>	<b>24,70</b>	<b>27,23</b>	<b>90,21</b>	<b>721,60</b>
<b>2</b>	<b>Обед</b>					
	Салат из зеленого горошка к/с	100	2,98	5,19	6,25	83,60
	Суп крестьянский с пшенной крупой с мясными фрикадельками	250/22	7,91	18,78	32,44	280,80
	Филе куриной грудки тушеное с овощами	50/200	14,98	11,46	43,88	419,38
	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,12	18,10	74,60
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80
	<b>Итого</b>	<b>942</b>	<b>34,55</b>	<b>36,75</b>	<b>153,95</b>	<b>1118,18</b>
<b>3</b>	<b>Полдник</b>					
	Нектар плодовой	200	1,00	0,00	20,20	84,60
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>20,20</b>	<b>84,80</b>