



Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «10» октября 2023г.

Вторник (2 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калорий ность
		1-4кл					
1	Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	60	64-19	7,03	7,94	19,75	178,50
	Овощи тушеные с мясом	50/150		5,10	5,38	22,34	191,35
	Чай «Витаминный»	185/10/5		0,24	0,09	12,42	54,20
	Печенье	30		2,22	2,82	1,71	12,90
	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	40
	Итого	510		15,91	16,47	64,14	476,55
		Выход					
		5-11кл					
2	Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	50	58-00	4,99	10,15	14,89	170
	Овощи тушеные с мясом	50/200		13,33	13,28	43,58	346,67
	Чай «Витаминный» с ягодами	185/10/5		0,24	0,09	12,42	54,00
	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59
	Итого	550		22,06	24,04	92,61	677,60
		Выход	8-80				
3	Печенье	20		1,46	2,50	8,8	63,6
	Чай «Витаминный» с шиповником	185/10/5		0,24	0,09	12,44	54,20
	Итого	220		1,7	2,6	21,2	117,8