



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы

Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «10» января 2024г.

Среда (1 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углев оды	Калори йность
		1-4кл					
1	Сыр порционно	10	66-76	2,63	2,66	0,00	34,33
	Гуляш из говядины	50/50		10,39	14,79	10,30	221,00
	Каша гречневая рассыпчатая	150		3,77	2,29	39,72	214,00
	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	510		20,20	20,36	79,97	609,65
		Выход					
		5-11кл					
2	Сыр порционно	10	57-56	2,63	2,66	0,00	34,33
	Гуляш из говядины	50/50		10,39	14,79	10,30	221,00
	Каша гречневая рассыпчатая	180		4,55	4,93	47,71	276,60
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	Итого	553		21,84	23,03	93,84	699,45
3		Выход	9-20				
	Булочка	50		3,64	6,26	22,0	159
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00
	Итого	250		3,7	6,3	32,0	199,0