



Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «11» сентября 2024г.

Среда (2 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		1-4кл					
1	Салат из свеклы отварной	60	66-76	0,84	3,61	4,96	55,68
	Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50		9,05	6,09	3,80	105,00
	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3		3,08	6,25	20,47	150,45
	Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	17,90	74,60
	Хлеб пшеничный	35		2,66	0,28	17,22	82,25
	Итого	548		15,79	16,39	64,34	467,98
		Выход					
		5-11кл					
2	Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50	57-56	9,05	6,09	3,80	105,00
	Пюре картофельное	180		3,68	5,76	24,53	164,70
	Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	17,90	74,60
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	Итого	550		17,81	18,49	76,83	564,50
		Выход	9-20				
3	Пряники	35		2,07	1,65	26,30	128,10
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
	Итого	235		2,14	1,67	36,31	168,10