

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы

Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «12» декабря 2023г.

Вторник (1 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углев оды	Калори йность
		1-4 кл					
1	Плоды и ягоды свежие (апельсин)	100	64-19	0,8	0,20	8,1	43,0
	Сыр порционно	10		2,63	2,66	0,00	34,33
	Гуляш из говядины	50/50		10,45	11,71	22,89	221,00
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150\5		4,61	6,92	27,79	207,0
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,13	0,02	10,20	42,00
	Хлеб пшеничный	25		1,54	0,20	12,30	58,75
	<b>Итого</b>	<b>590</b>		<b>20,16</b>	<b>20,71</b>	<b>81,23</b>	<b>606,08</b>
		<b>Выход</b>					
		<b>5-11кл</b>					
2	Сыр порционно	10	58-00	2,63	2,66	0,00	34,33
	Гуляш из говядины	50/50		10,45	10,71	22,89	221,00
	Каша гречневая рассыпчатая	180		5,51	4,76	37,65	256,76
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,13	0,02	10,20	42,00
	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	<b>Итого</b>	<b>550</b>		<b>22,88</b>	<b>21,99</b>	<b>96,42</b>	<b>680,29</b>
3		<b>Выход</b>	8-80				
	Вафли	20		2,20	2,83	6,00	49,07
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,13	0,02	10,20	42,00
	<b>Итого</b>	<b>220</b>		<b>4,0</b>	<b>4,3</b>	<b>21,0</b>	<b>141,9</b>