



**УТВЕРЖДАЮ**  
 Директор школы

Т.Н. Хайдукова

**МЕНЮ на «13» октября 2023г.**

**Пятница (2 неделя)**

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калорий ность																				
		1-4кл																									
1	Салат из свежей белокочанной капусты с морковью	60	64-19	0,79	1,95	3,88	36,24																				
	Плов из говядины с рисом	50/150						16,03	18,16	45,91	415,89																
	Чай с сахаром, с яблоками	180/10/10										0,11	0,06	10,99	45												
	Хлеб пшеничный	25														1,90	0,20	12,30	59								
	Хлеб ржаной	20																		1,32	0,24	7,92	40				
	<b>Итого</b>	<b>505</b>																						<b>20,15</b>	<b>20,61</b>	<b>80,99</b>	<b>595,53</b>
		<b>Выход</b>																									
		<b>5-11кл</b>																									
2	Салат из свежей капусты с морковью	100	58-00	1,31	3,25	6,47	60,40																				
	Плов из говядины с рисом	50/200						18,97	20,36	54,79	509,83																
	Чай с сахаром, с яблоками	180/10/10										0,11	0,06	10,99	45												
	Хлеб пшеничный	20														1,52	0,16	9,84	47								
	Хлеб ржаной	25																		1,65	0,30	9,90	49,50				
	<b>Итого</b>	<b>595</b>																						<b>23,56</b>	<b>24,13</b>	<b>91,99</b>	<b>711,78</b>
		<b>Выход</b>																									
		<b>8-80</b>																									
3	Печенье	20	8-80	1,46	2,50	8,8	63,6																				
	Чай с сахаром, с яблоками	180/10/10						0,11	0,06	10,99	44,70																
	<b>Итого</b>	<b>220</b>										<b>1,6</b>	<b>2,6</b>	<b>19,8</b>	<b>108,3</b>												