

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «13» января 2024г.

Суббота (1 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калорий ность
		1-4кл					
1	Салат из квашеной капусты	60	66-76	1,02	3,00	5,07	51,42
	Биточки рыбные	90		13,17	10,70	15,79	193,30
	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/3		3,63	6,50	37,58	223,35
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого	533		19,19	20,58	80,47	568,79
		Выход					
		5-11кл					
2	Биточки рыбные с рисом рассыпчатым с маслом сливочным	90/150/3	57-56	16,80	17,20	53,36	416,65
	Капуста квашенная (доп. гарнир)	50		0,85	2,50	4,23	42,85
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	Итого	563		22,68	22,95	98,34	650,52
		Выход	8-30				
3	Печенье	30		2,25	2,94	22,3	125,1
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00
	Итого	230		2,3	3,0	32,3	165,1