

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы

Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «13» декабря 2023г.

Среда (1 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углев оды	Калори йность
		1-4кл					
1	Салат из свеклы отварной	60	64-19	0,84	3,61	4,96	55,68
	Птица запеченная с томатным соусом	90/20		12,00	10,04	8,60	195,10
	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/5		3,74	4,75	39,23	209,00
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00
	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	<b>Итого</b>	<b>565</b>		<b>19,50</b>	<b>18,82</b>	<b>80,55</b>	<b>586,38</b>
		<b>Выход</b>					
		<b>5-11кл</b>					
2	Куриные бедра запеченные с томатным соусом	90/20	58-00	12,00	10,04	13,76	195,10
	Рис отварной рассыпчатый	180		5,45	11,45	44,12	262,64
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	<b>Итого</b>	<b>560</b>		<b>22,44</b>	<b>22,23</b>	<b>98,48</b>	<b>647,44</b>
3		<b>Выход</b>	<b>8-80</b>				
	Пряники	35		3,64	6,26	22,0	159
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00
	<b>Итого</b>	<b>235</b>		<b>3,7</b>	<b>6,3</b>	<b>32,0</b>	<b>199,0</b>