

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «14» сентября 2023г.

Четверг (2 неделя)

| № п/п | Наименование блюда | Выход | Цена | Белки | Жиры | Углево ды | Калорий ность |
|-------|--|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------------------|
| | | 1-4кл | | | | | |
| 1 | Плоды и ягоды свежие (апельсины) | 100 | 64-19 | 0,80 | 0,20 | 8,05 | 43,00 |
| | Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе | 60/40 | | 7,284 | 11,79 | 6,738 | 133,99 |
| | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 150/3 | | 5,10 | 2,85 | 33,76 | 176,10 |
| | Напиток из свежих фруктов | 200 | | 0,34 | 0,17 | 9,99 | 63,60 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| | Итого | 573 | | 15,04 | 15,17 | 68,38 | 463,69 |
| | | Выход | | | | | |
| | | 5-11кл | | | | | |
| 2 | Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе | 60/40 | 58-00 | 7,284 | 11,790 | 8,738 | 124 |
| | Макаронные изделия отварные | 180 | | 6,10 | 2,98 | 38,30 | 187 |
| | Напиток из свежих фруктов | 200 | | 0,34 | 0,17 | 11,48 | 63,60 |
| | Хлеб пшеничный | 35 | | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 82,25 |
| | Хлеб ржаной | 35 | | 2,31 | 0,42 | 13,86 | 69 |
| | Итого | 550 | | 18,69 | 18,62 | 78,12 | 526,14 |
| | | Выход | 8-80 | | | | |
| 3 | Булочка «Домашняя» | 50 | | 3,64 | 6,26 | 22,0 | 159 |
| | Напиток из свежих фруктов | 200 | | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,6 |
| | Итого | 250 | | 3,8 | 6,4 | 49,8 | 273,6 |