

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы

Т.Н. Хайдукова



МЕНЮ на «19» сентября 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
	Итого	590		20,16	20,71	81,23	606,08
		Выход					
		5-11кл					
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
	Итого	550		22,88	21,99	96,42	680,29
3		Выход	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
	Итого	220		4,0	4,3	21,0	141,9