

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы

Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «19» октября 2023г.

Четверг (1 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углев оды	Калори йность
		1-4кл					
1	Салат из свежей белокочанной капусты	60	64-19	0,79	1,95	3,88	36,24
	Рыба тушенная с овощами в томате	50/50		9,15	5,62	7,80	105,0
	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		3,10	8,43	20,51	170,25
	Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	13,91	58,74
	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>555</b>		<b>16,04</b>	<b>16,56</b>	<b>63,86</b>	<b>456,83</b>
		<b>Выход</b>					
		<b>5-11кл</b>					
2	Салат из свежей белокочанной капусты	100	58-00	1,31	3,25	6,47	60,40
	Рыба тушенная с овощами в томате	50/50		9,15	5,62	7,80	105,00
	Пюре картофельное	180		3,71	7,95	24,57	184,50
	Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	13,91	58,74
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
	<b>Итого</b>	<b>635</b>		<b>18,26</b>	<b>17,52</b>	<b>77,41</b>	<b>528,64</b>
		<b>Выход</b>	<b>8-80</b>				
3	Булочка «Школьная»	50		3,60	1,77	22,5	109,8
	Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	13,91	58,74
	<b>Итого</b>	<b>250</b>		<b>4,3</b>	<b>2,1</b>	<b>43,3</b>	<b>198</b>