

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы

Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «20» января 2024г.

Суббота (2 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калорий ность				
		1-4кл									
1	Салат из отварной моркови и свеклы с зеленым горошком к/с	60	66-76	0,96	2,11	4,33	40,50				
	Котлеты «Аппетитные»	90						12,90	12,15	13,15	214,20
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/3						3,79	4,47	39,76	233,80
	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
	<b>Итого</b>	<b>533</b>						<b>20,05</b>	<b>18,99</b>	<b>82,15</b>	<b>600,32</b>
		<b>Выход</b>									
		<b>5-11кл</b>									
2	Салат из отварной моркови и свеклы с зеленым горошком к/с	100	57-56	1,60	2,71	12,42	77,50				
	Котлеты «Аппетитные» с кашей гречневой рассыпчатой с маслом сливочным	75/150/3						16,12	21,02	44,63	406,76
	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
	<b>Итого</b>	<b>558</b>						<b>21,79</b>	<b>24,11</b>	<b>90,96</b>	<b>662,48</b>
								<b>Выход</b>	<b>9-20</b>		
3	Печенье (крекер)	30		2,25	2,94	22,3	125,1				
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00				
	<b>Итого</b>	<b>230</b>		<b>2,3</b>	<b>3,0</b>	<b>32,3</b>	<b>165,1</b>				