



Т.Н. Хайдукова

**МЕНЮ на «20» марта 2024г.**

**Среда (1 неделя)**

| № п/п    | Наименование блюда            | Выход         | Цена         | Белки        | Жиры         | Углев<br>оды | Калори<br>йность |
|----------|-------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------------|
|          |                               | 1-4кл         |              |              |              |              |                  |
| <b>1</b> | Сыр порционно                 | 10            | <b>66-76</b> | 2,63         | 2,66         | 0,00         | 34,33            |
|          | Гуляш из говядины             | 50/50         |              | 10,39        | 14,79        | 10,30        | 221,00           |
|          | Каша гречневая<br>рассыпчатая | 150           |              | 3,77         | 2,29         | 39,72        | 214,00           |
|          | Чай с сахаром, с<br>лимоном   | 185/10/5      |              | 0,11         | 0,02         | 10,15        | 41,32            |
|          | Хлеб ржаной                   | 50            |              | 3,30         | 0,60         | 19,80        | 99,00            |
|          | <b>Итого</b>                  | <b>510</b>    |              | <b>20,20</b> | <b>20,36</b> | <b>79,97</b> | <b>609,65</b>    |
|          |                               |               |              |              |              |              |                  |
|          |                               | <b>Выход</b>  |              |              |              |              |                  |
|          |                               | <b>5-11кл</b> |              |              |              |              |                  |
| <b>2</b> | Сыр порционно                 | 10            | <b>57-56</b> | 2,63         | 2,66         | 0,00         | 34,33            |
|          | Гуляш из говядины             | 50/50         |              | 10,39        | 14,79        | 10,30        | 221,00           |
|          | Каша гречневая<br>рассыпчатая | 180           |              | 4,55         | 4,93         | 47,71        | 276,60           |
|          | Чай с сахаром, с<br>лимоном   | 185/10/5      |              | 0,11         | 0,02         | 10,15        | 41,32            |
|          | Хлеб пшеничный                | 20            |              | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 47,00            |
|          | Хлеб ржаной                   | 40            |              | 2,64         | 0,48         | 15,84        | 79,20            |
|          | <b>Итого</b>                  | <b>553</b>    |              | <b>21,84</b> | <b>23,03</b> | <b>93,84</b> | <b>699,45</b>    |
|          |                               |               |              |              |              |              |                  |
| <b>3</b> |                               | <b>Выход</b>  | <b>9-20</b>  |              |              |              |                  |
|          | Пряники                       | 35            |              | 2,07         | 1,65         | 26,25        | 128,10           |
|          | Чай с сахаром                 | 190/10        |              | 0,07         | 0,02         | 10,01        | 40,00            |
|          | <b>Итого</b>                  | <b>235</b>    |              | <b>2,14</b>  | <b>1,67</b>  | <b>36,26</b> | <b>168,1</b>     |
|          |                               |               |              |              |              |              |                  |