

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы

Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «26» июня 2024г.

(21 день)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>1</b>	<b>Завтрак</b>					
	Бутерброд с сыром, с маслом	30/15/10	2,33	12,11	15,55	196,10
	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/5	11,90	10,60	34,89	277,55
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,13	0,02	10,20	42,00
	Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	<b>Итого</b>	<b>610</b>	<b>21,04</b>	<b>24,08</b>	<b>87,82</b>	<b>652,65</b>
<b>2</b>	<b>2-й завтрак</b>					
	Катык	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>9,60</b>	<b>107,00</b>
<b>3</b>	<b>Обед</b>					
	Салат из свежих овощей	100	1,09	6,04	3,78	73,90
	Суп картофельный с фасолью на мясном бульоне	250	5,12	5,35	16,14	133,25
	Гуляш из отварной говядины	50/50	14,50	22,19	4,89	271,00
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5	6,83	4,43	38,37	220,56
	Компот из изюма	200	0,35	0,08	17,87	74,20
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	<b>Итого</b>	<b>945</b>	<b>35,65</b>	<b>39,21</b>	<b>129,41</b>	<b>1009,21</b>
	Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00