

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы

Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «29» сентября 2023г.

Пятница (2 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево- ды	Калорий- ность				
		1-4кл									
1	Салат из свежей белокочанной капусты с морковью	60	64-19	0,79	1,95	3,88	36,24				
	Плов из говядины с рисом	50/150						16,03	18,16	45,91	415,89
	Чай с сахаром, с яблоками	180/10/10						0,11	0,06	10,99	45
	Хлеб пшеничный	25						1,90	0,20	12,30	59
	Хлеб ржаной	20						1,32	0,24	7,92	40
	<b>Итого</b>	<b>505</b>						<b>20,15</b>	<b>20,61</b>	<b>80,99</b>	<b>595,53</b>
		<b>Выход</b>									
		<b>5-11кл</b>									
2	Салат из свежей капусты с морковью	100	58-00	1,31	3,25	6,47	60,40				
	Плов из говядины с рисом	50/200						18,97	20,36	54,79	509,83
	Чай с сахаром, с яблоками	180/10/10						0,11	0,06	10,99	45
	Хлеб пшеничный	20						1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	25						1,65	0,30	9,90	49,50
	<b>Итого</b>	<b>595</b>						<b>23,56</b>	<b>24,13</b>	<b>91,99</b>	<b>711,78</b>
		<b>Выход</b>	<b>8-80</b>								
3	Печенье	20		1,46	2,50	8,8	63,6				
	Чай с сахаром, с яблоками	180/10/10						0,11	0,06	10,99	44,70
	<b>Итого</b>	<b>220</b>						<b>1,6</b>	<b>2,6</b>	<b>19,8</b>	<b>108,3</b>