

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

Т.Н. Хайдукова



МЕНЮ на «31» января 2024г.

Среда (2 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калорий ность
		1-4кл					
1	Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50	66-76	9,05	6,09	3,80	105,00
	Пюре картофельное	150/3		3,09	6,98	20,48	157,05
	Капуста тушеная (доп. гарнир)	50		1,03	1,62	4,71	37,55
	Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	17,90	74,60
	Хлеб пшеничный	35		2,66	0,28	17,22	82,25
	Итого	538		15,99	15,13	64,11	456,45
		Выход					
		5-11кл					
2	Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50	57-56	9,05	6,09	3,80	105,00
	Пюре картофельное	180		3,68	5,76	24,53	164,70
	Капуста тушеная (доп. гарнир)	50		1,03	1,62	4,71	37,55
	Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	17,90	74,60
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого	590		18,88	18,04	77,58	549,30
		Выход	9-20				
3	Пряники	35		2,07	1,65	26,25	128,10
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
	Итого	235		2,14	1,67	36,26	168,10