

МЕНЮ

Столовая МБОУ «Тарханская СОШ»

« 5 » марта 2022г.

Возрастная категория 5-11 лет

Наименование блюд	номер по СР	Выход (г)	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углево ды	ККал
Завтрак.							
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
Обед							
Каша из свек. каши	43	60	10,48	0,93	3,05	5,65	53
Суп картофельный рыбный	133	200/12/5	7,88	4,57	2,8	15,8	107
Гедтия рубленая с овощами	462	90/60/30	22,96	8,56	14,11	9,07	197
Макаронный салатик	516	150	5,60	5,32	4,89	35,52	211
Чай с сахаром	685	200	2,70	0,20	0,05	15,01	57,00
Рыб повешенный		60	1,8	2,82	0,6	0,6	126
Компот		40	4,16	0,40	3,70	5,10	41,00
ИТОГО			59,58	22,8	29,2	90,25	822,0

Возрастная категория: с 12 лет

Наименование блюд	номер по СР	Выход (г)	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углево ды	ККал
Завтрак.							
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
Обед							
Каша из свек. каши	43	100	10,48	1,55	5,08	9,42	88
Суп картофельный рыбный	133	250/12,5	11,63	5,16	3,89	20,07	134,00
Гедтия рубленая с овощами	462	100/60/40	25,87	8,82	15,07	10,01	211
Макаронный салатик	516	180	5,80	6,38	5,87	42,62	253,00
Чай с сахаром	685	200	2,70	0,20	0,05	15,01	57,00
Рыб рваный		60	1,8	2,82	0,60	0,60	126,00
Компот		40	4,0				
ИТОГО			66,28	24,93	30,06	97,43	869,0

Повар

Е.Н.

Филиппова Е.Н.