

«Утверждаю»  
 Директор школы В.А.Прокопьев

МЕНЮ на 14.10 2022 года

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Завтрак							
	кашечка овсяная с яблок. дофр	дофр	11,00	8,86	662	43,88	277
	чай с сахар	дофр	3,20	0,2	-	-	15
	хлеб	9030	17,86	3,9	24	96	144
	кисель		1,50				
	Итого:						
Обед							
	Суп овощ. из св. морк. свекл. 50	50	3,80	0,48	0,12	3,12	12
	Пюре картош. 200г	200г	20,40	1,88	5,1	13,92	113
	орешки макаруны тун.		17,15	2,13	2,63	9,54	140
	каша пшенич. 200	200	9,00	6,45	3,78	33,02	228
	колбаски туш./едт.	дофр	2,70	0,16	0,16	2,78	109
	Итого: хлеб	9030	17,50	3,9	24	96	144

МЕНЮ на 17.10 2022 года

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Завтрак							
	каша пшенич. мал. дофр	дофр	9,70	4,47	6,87	31,88	208
	чай с сахар	дофр	3,20	0,2	-	-	15
	хлеб	9030	17,50	3,9	24	96	144
	апельсин		47,76				
	Итого:						
Обед							
	Суп овощ. из св. морк. свекл. 50	50	3,80	0,48	0,12	1,9	49
	Суп картош. с горошк. 200	200	18,95	1,87	3,73	15,86	118
	Дипломат из сыр.	50	14,35	0,08	0,46	10,66	165
	макароны свекл.	200	7,90	5,32	4,89	35,52	211
	Кисель	дофр	4,95	-	-	3,22	118
	Итого: хлеб	9030	17,50	3,9	24	96	144

МЕНЮ на 18.10 2022 года

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Завтрак							
	кашечка пшенич. мал. дофр	дофр	9,70	6,45	3,78	33,02	228
	чай с сахар	дофр	3,20	0,2	-	-	15
	хлеб	9030	17,50	3,9	24	96	144
	Итого:						
Обед							
	суп из помид.	50	3,90	0,48	0,12	3,12	12
	Пюре картош. свекл.	200г	22,40	1,47	4,67	13,92	89
	котлетки из свекл.	50	16,97	10,84	3,6	1,86	157
	каша пшенич.	200	10,50	3,81	6,11	38,61	228
	колбаски туш./едт.	дофр	2,70	0,16	0,16	2,78	109
	Итого: хлеб	9030	17,50	3,9	24	96	144

Повар: С.Р.Охотникова