

Утверждаю
Директор

/С.Н.Васильев/

МЕНЮ

школьной столовой

МБОУ «Тувсинская СОШ»

на « 10 » декабря

2022г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калор.	Цена
	каша манная	200	19,58.	14,40.	26,23.	164,44.	6-17
	каша с мясом	200	4,60	3,60	12,60	100	5-10
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	яблоки	150	0,6	0,6.	14,7	66,6.	8-25
ИТОГО							23-05.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калор.	Цена
	суп крестьянский	200	5,12	5,78	10,76	116.	12-60
	капуста туш.	150	3,70	4,40	14,60	114.	5-30
	биточки руб. с соус.	90	17,28.	3,84.	12,12.	151,20.	33-40
	салат из св. помид	60	0,90	2,46	2,16	35	4-50
	компот из кураги	200	1,00	0,10	15,70	67.	6-30
	хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126.	2-30
ИТОГО							65-00.

на « 10 » декабря 2022г.

ЗАВТРАК

5-10 кл.

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калор.	Цена
	каша манная	200	19,58	14,40	26,23	164,44	6-17
	каша с мясом	200	4,60	3,60	12,60	100	5-10
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106.	3-53
ИТОГО							14-80

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калор.	Цена
ИТОГО							

Повар: Т.В.Сотникова