



Директор

/С.Н.Васильев/

МЕНЮ
школьной столовой
МБОУ «Тувсинская СОШ»
на « 26 » декабрь

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша пшеничная	200	8,20	9,20	38,60	270.	8-20
	чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	4-00
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106.	3-57
	ИТОГО						15-73.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	суп кур. с горохом	200	6,68	4,60	16,28	138.	13-35
	макарон отб.	150	5,40	4,90	32,80	197.	5-40.
	кнели из курицы с соус	90	6,96	14,62	3,53	171.	33-05
	салат из св. огурца	60	0,72	2,40	1,64	31.	5-65
	чай с фрук. соком	200	0,34	0,02	24,53	95.	4-65
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126.	2-90
	ИТОГО						65-00.

на « 26 » декабрь 2022г.

ЗАВТРАК

5-10 кл

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша пшеничная	200	8,20	9,20	38,60	270.	8-20
	чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51.	4-00
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106.	3-53
	ИТОГО						15-73

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	суп кур. с горох	250	8,35	5,75	20,35	172,50.	16-69
	макарон отб.	200	7,20	6,53	43,73.	262,66.	6-48
	кнели из курицы с соус	100	7,51	16,25	3,93	190.	41-31
	салат из св. огурца	100	1,20	4,00	2,70	52.	9-42
	чай с фрук. соком	200	0,34	0,02	24,53	95.	4-65
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126.	2-90
	ИТОГО						81-45

Повар: Т.В. Сотникова