

МЕНЮ
школьной столовой
МБОУ «Тувсинская СОШ»

на « 13 » март

2023г.

Директор:

«Утверждаю»

/С.Н.Васильев/

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша пшеничная	200	6,20	9,20	38,60	270	8-20.
	чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	4-73
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106.	3-53.
	ИТОГО						16-46.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	суп карт. с горох.	200	6,08	4,80	16,28	138.	12-10.
	макаронот отв.	150	5,40	4,90	32,80	197.	5-67.
	кнели из кур. с соус.	90	6,76	14,62	3,53	171.	30-00
	салат из св. супр.	60	0,72	2,40	1,62	31.	9-38.
	компот из фруктов	200	0,40	0,10	18,40	76.	4-95
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126.	2-90
	ИТОГО						65-00.

на « 13 » март

2023г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша пшеничная	200	6,20	9,20	38,60	270	8-20.
	чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	4-73
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106.	3-53.
	ИТОГО						16-46

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	суп карт. с горох.	250	8,35	5,95	20,35	203,5	15-13
	макаронот отв.	200	7,2	6,53	43,73	262.	7-56.
	кнели из кур. с соус.	100	2,51	16,25	3,93	190	33-33.
	салат из св. супр.	100	1,20	4,00	2,70	52.	15-63.
	компот из фруктов	200	0,40	0,10	18,40	76.	4-95
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126	2-90
	ИТОГО						79-50.

Повар: Т.В.

Т.В.Сотникова