

«Утверждаю»
Директор: *С.Н.Васильев* /С.Н.Васильев/

МЕНЮ
школьной столовой
МБОУ «Тувсинская СОШ»
на « 17 » март 2023г.

ЗАВТРАК

1-4кл.

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калор.	Цена
	<i>каша гречневая</i>	<i>200</i>	<i>7,10</i>	<i>5,80</i>	<i>26,60</i>	<i>187</i>	<i>10-02.</i>
	<i>чай с молоком</i>	<i>200</i>	<i>1,60</i>	<i>1,10</i>	<i>8,70</i>	<i>51</i>	<i>4-73</i>
	<i>хлеб пшеничный</i>	<i>45</i>	<i>3,40</i>	<i>0,40</i>	<i>22,10</i>	<i>106.</i>	<i>3-53</i>
	ИТОГО						<i>18-28</i>

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калор.	Цена
	<i>суп карт. с крупой</i>	<i>200</i>	<i>1,51</i>	<i>3,32</i>	<i>9,24</i>	<i>106</i>	<i>14-10.</i>
	<i>жаркое по-дом.</i>	<i>200</i>	<i>20,10</i>	<i>18,70</i>	<i>17,20</i>	<i>318.</i>	<i>40-40</i>
	<i>салат из свеклы</i>	<i>60</i>	<i>0,64</i>	<i>6,08</i>	<i>2,71</i>	<i>53</i>	<i>5-10.</i>
	<i>чай с сахаром</i>	<i>200</i>	<i>0,20</i>	<i>0,00</i>	<i>6,50</i>	<i>27.</i>	<i>2-50.</i>
	<i>хлеб ржаной</i>	<i>60</i>	<i>2,82</i>	<i>0,60</i>	<i>0,60</i>	<i>126.</i>	<i>2-90</i>
	ИТОГО						<i>65-00.</i>

на « 17 » март 2023г.

ЗАВТРАК

5-10кл.

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калор.	Цена
	<i>каша гречневая</i>	<i>200</i>	<i>7,10</i>	<i>5,80</i>	<i>26,60</i>	<i>187</i>	<i>10-02</i>
	<i>чай с молоком</i>	<i>200</i>	<i>1,60</i>	<i>1,10</i>	<i>8,70</i>	<i>51</i>	<i>4-73</i>
	<i>хлеб пшенич.</i>	<i>45</i>	<i>3,40</i>	<i>0,40</i>	<i>22,10</i>	<i>106.</i>	<i>3-53</i>
	ИТОГО						<i>18-28.</i>

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калор.	Цена
	<i>суп карт. с крупой</i>	<i>250</i>	<i>2,84</i>	<i>15,37</i>	<i>20,84</i>	<i>120</i>	<i>17-22.</i>
	<i>жаркое по-дом.</i>	<i>250</i>	<i>25,12</i>	<i>23,37</i>	<i>21,50</i>	<i>398.</i>	<i>50-50.</i>
	<i>салат из свеклы</i>	<i>100</i>	<i>1,06</i>	<i>10,13</i>	<i>4,52</i>	<i>88</i>	<i>8-50.</i>
	<i>чай с сахаром</i>	<i>200</i>	<i>0,20</i>	<i>0,00</i>	<i>6,50</i>	<i>27.</i>	<i>2-50.</i>
	<i>хлеб ржаной</i>	<i>60</i>	<i>2,82</i>	<i>0,60</i>	<i>0,60</i>	<i>126.</i>	<i>2-90.</i>
	ИТОГО						<i>82-02.</i>

Повар: *Т.В.Сотникова* Т.В.Сотникова