

МЕНЮ
школьной столовой
МБОУ «Тувсинская СОШ»
на « 23 » март 2023г.

Директор:

«Утверждаю»

/С.Н.Васильев/



ЗАВТРАК

1-4 кл.

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша овсяная	200	7,30	9,30	34,00	249	5-95
	чай с соком	200	0,34	0,02	24,53	95	4-83
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	ИТОГО						14-31.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	цзл цсв. кот. кор. соса	200/10	1,46	4,75	6,22	79	13-10.
	пилов ц птиц. кот.	200	27,30	8,10	33,20	315	33-13
	винегрет овощной	60	0,60	5,30	4,10	67	11-00.
	компот цсв. абл.	200	0,15	0,14	9,93	41,5	4-87
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126	2-90
	ИТОГО						65-00.

на « 23 » март 2023г.

ЗАВТРАК

5-10 кл.

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша овсяная	200	7,30	9,30	34,00	249	5-95
	чай с соком	200	0,34	0,02	24,53	95	4-83
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	ИТОГО						14-31.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	цзл цсв. кот. со сит	250/10	1,83	5,94	7,78	98	16-37.
	пилов ц птиц. кот.	200	27,30	8,10	33,20	315	33-13
	винегрет овощной	100	1,44	9,76	7,68	125	17-30.
	компот цсв. абл.	200	0,15	0,14	9,93	41,5	4-87.
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126	2-90.
	ИТОГО						74-52.

Повар: Т.В. Сотникова