



МЕНЮ
школьной столовой
МБОУ «Тувсинская СОШ»
на « 4 » 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	7-73.
	чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	4-50.
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	ИТОГО						15-76.

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.
	рис отварной	150	3,70	4,80	26,50	204	5-50
	тефтели с соус.	90	8,56	14,11	4,07	197	27-65
	салат из св. мор.	60	0,72	2,40	1,62	31	11-40.
	компот из сухоф.	200	0,50	-	19,80	81	4-95.
	хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	2-90
	ИТОГО						65-00.

на « 4 » март 2023г.

5-10 кл.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша овсяная	200	7,30	9,30	34,00	249	7-73
	чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	4-50
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	ИТОГО						15-76.

ОБЕД

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

Повар: Т.В.Сотникова