

«Утверждаю»
Директор: С.Н. Васильев

МЕНЮ
школьной столовой
МБОУ «Тувсинская СОШ»

на « 7 » апрель 2023г.

ЗАВТРАК

1-4 кл.

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша пшеничная	200	8,30	10,20	37,60	275	10-16
	чай с лимоном	200	0,30	—	6,70	28	2-71
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	ватрушка с повидом	100	5,80	4,50	44,10	267	9-23
ИТОГО							16-40

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	растопленный сосис.	200/10	4,74	5,80	13,62	126	14-90
	макаронит отв.	150	5,40	4,90	32,80	197	5-50
	принадлежности соус	90	10,95	9,72	5,40	153	34-10
	салат из свеклы	60	0,64	6,08	2,71	53	5-10
	чай с сахаром	200	0,20	—	6,50	27	2-50
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126	2-90
ИТОГО							65-00

на « 7 » апрель 2023г.

ЗАВТРАК

5-10 кл.

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша пшеничная	200	8,30	10,20	37,60	275	10-16
	чай с лимоном	200	0,30	—	6,70	28	2-71
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	ватрушка с повидом	100	5,80	4,50	44,10	267	9-23
ИТОГО							16-40

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	растопленный сосис.	250/10	5,92	7,25	17,02	15,72	18-62
	макаронит отв.	200	7,20	6,53	43,73	262,66	7-33
	принадлежности соус	90	10,95	9,72	5,40	153	34-10
	салат из свеклы	100	1,06	10,13	4,52	88	8-50
	чай с сахаром	200	0,20	—	6,50	27	2-50
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126	2-90
ИТОГО							73-95

Повар: Т.В. Сотникова