



Утверждаю:
 Директор
 МБОУ "Туруновская ООШ"
 Васильев В.П.
 2023г

Меню на 17 апреля 2023 г

Школа "Туруновская ООШ" с 7 лет - до 12 лет Отд./корп _____ День 1

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-------------------|-------------|--------|--|------------|---------|--------------|-------------|-------------|--------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 302 | Каша молочная ассорти "Дружба" с маслом | 200\5 | 12,79 | 209 | 5,67 | 6,98 | 30,82 |
| | гор.напиток | 592 | Кофейный напиток | 200 | 5,34 | 116 | 0,44 | 0 | 28,88 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 40 | 2,56 | 96 | 3,04 | 0,34 | 19,44 |
| | закуска | 10 | Бутерброд горячий с сыром | 60 | 14,77 | 132 | 2,1 | 5,6 | 17 |
| | | | | | 35,46 | 553,00 | 11,25 | 12,92 | 96,14 |
| Обед | закуска | ТТК | Салат "Свежесть" (свёкла, огурцы св., лук репка, яйца, масло расти.) | 60 | 9,56 | 51 | 1,50 | 3,80 | 2,60 |
| | 1 блюдо | 138 | Суп картофельный с горохом с мясом | 200\10 | 14,43 | 119 | 4,71 | 3,73 | 15,96 |
| | 2 блюдо | 451 | Котлеты рубленые с соусом | 90 (50/40) | 23,56 | 165 | 9,08 | 9,46 | 10,66 |
| | гарнир | 516 | Макароны отварные | 150 | 6,50 | 211 | 5,32 | 4,89 | 35,52 |
| | сладкое | Ту | Чай с фруктовым соком | 200 | 5,00 | 60 | 0,7 | 0,1 | 13,2 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 60 | 2,76 | 126 | 2,82 | 0,60 | 0,60 |
| | хлеб белый | | Хлеб пшеничный | 40 | 2,35 | 96 | 3,04 | 0,34 | 19,44 |
| | | | | | 64,16 | 828 | 27,17 | 22,92 | 97,98 |
| | | | | | 99,62 | 1381,00 | 38,42 | 35,84 | 194,12 |
| с 12 лет и старше | | | | | | | | | |
| Завтрак | гор.блюдо | 302 | Каша молочная ассорти "Дружба" с маслом | 200\5 | 12,79 | 222 | 6,76 | 7,66 | 31,2 |
| | гор.напиток | 592 | Кофейный напиток | 200 | 5,34 | 86 | 1,6 | 1,65 | 17,36 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 40 | 2,35 | 96 | 3,04 | 0,34 | 19,44 |
| | закуска | 3 | Бутерброд с сыром | 60 | 14,77 | 132 | 2,1 | 5,6 | 17 |
| | | | | | 35,25 | 536,00 | 13,50 | 15,25 | 85,00 |
| Обед | закуска | ТТК | Салат "Свежесть" (свёкла, огурцы св., лук репка, яйца, масло расти.) | 100 | 15,93 | 85 | 2,50 | 6,33 | 4,33 |
| | 1 блюдо | 138 | Суп картофельный с горохом с мясом | 250\10 | 15,85 | 148 | 5,88 | 3,12 | 19,95 |
| | 2 блюдо | 451 | Котлеты рубленые с соусом | 90 (50/40) | 23,56 | 165 | 10,84 | 7,6 | 1,86 |
| | гарнир | 516 | Макароны отварные | 200 | 8,87 | 281 | 7,09 | 6,52 | 47,36 |
| | сладкое | Ту | Чай с фруктовым соком | 200 | 5,00 | 95 | 0,34 | 0,02 | 24,53 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 60 | 2,76 | 126 | 2,82 | 0,60 | 0,60 |
| | Хлеб белый | | Хлеб пшеничный | 40 | 2,35 | 96 | 3,04 | 0,34 | 19,44 |
| | | | | | 74,32 | 995,6 | 29,47 | 24,19 | 98,63 |
| | | | | 109,57 | 1531,60 | 42,97 | 39,44 | 183,63 | |