

МЕНЮ
школьной столовой
МБОУ «Тувсинская СОШ»
 на « 14 » апрель 2023г.



Директор: С.Н.Васильев

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша гречневая	200	7,10	5,80	26,60	187	10-02
	чай с мамоном	200	1,60	1,10	8,70	51	4-73
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	мамоно	120	0,50	0,50	11,80	53	10-20
	ИТОГО						18-28

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	суп карт. с крупой	200	1,51	3,32	9,24	106	17-10
	таркое по-домаш.	200	20,10	18,70	17,20	316	40-40
	салат из свеклы с об.	60	0,64	0,08	2,71	53	5-10
	чай с сахаром	200	0,20	—	0,50	27	2-50
	хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	2-90
	ИТОГО						65-00

на « 14 » апрель

2023г.

5-10м

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша гречневая	200	7,10	5,80	26,60	187	10-02
	чай с мамоном	200	1,60	1,10	8,70	51	4-73
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	мамоно	120	0,50	0,50	11,80	53	10-20
	ИТОГО						18-28

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	суп карт. с крупой	250	2,84	5,39	20,84	120	17-62
	таркое по-домаш.	250	25,12	23,39	21,50	398	50-50
	салат из свеклы с об.	100	1,06	10,13	4,52	88	8-50
	чай с сахаром	200	0,20	—	0,50	27	2-50
	хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	2-90
	ИТОГО						82-02

Повар: Т.В.Сотникова