

МЕНЮ
ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ
МБОУ «Тувсинская СОШ»
на « 17 » апрель 2023г.



С.Н. Васильев

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша пшеничная	200	8,20	9,20	38,60	270	8-20
	чай с лимоном	200	0,30	—	6,70	28	2-71
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	яблоко св.	120	0,50	0,50	11,80	53	9-00
	ИТОГО						14-44.

1-4кл.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	суп карт. с горохом	200	6,66	4,60	16,28	138	12-10.
	макаронот отв.	150	5,40	4,90	32,80	197	5-67.
	цуккини из гарни пшени	50	14,28	19,35	2,27	220	32-40
	салат из св. помид	60	0,90	2,46	2,16	35	7-28
	чай с фрук. соком	200	0,34	0,02	24,53	95	4-65
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126	2-90
	ИТОГО						65-00.

23-44

на « 17 » апрель 2023г.

ЗАВТРАК

5-10кл.

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша пшеничная	200	8,20	9,20	38,60	270	8-20
	чай с лимоном	200	0,30	—	6,70	28	2-71
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	яблоко св.	120	0,50	0,50	11,80	53	9-00
	ИТОГО						14-44.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	суп карт. с горохом	250	8,25	5,75	20,35	17,25	15-13
	макаронот отв.	200	7,2	6,53	43,73	262,66	7-56
	цуккини из гарни пш.	50	14,28	19,35	2,27	220	32-40.
	салат из св. помид.	100	1,50	4,10	3,80	59	12-14
	чай с фрук. соком	200	0,34	0,02	24,53	95	4-65
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126	2-90
	ИТОГО						74-78

Повар: Т.В. Сотникова