



Утверждаю:
 Директор
 МБОУ "Туруновская ООШ"

Васильев В.П.
 2023г

Меню на 27 апреля 2023 г

Школа "Туруновская ООШ" Отд./корп _____ День 9
 с 7 лет - до 12 лет

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------|------------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 160 | Суп молочный с вермишелью | 200 | 8,90 | 113 | 5,6 | 6,32 | 19,76 |
| | гор.напиток | 685 | Чай с сахаром | 200 | 1,75 | 57 | 0,2 | 0,05 | 15,03 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 40 | 2,35 | 96 | 3,04 | 0,34 | 19,44 |
| | закуска | 10 | Бутерброд горячий с сыром | 60 | 14,73 | 206 | 8,08 | 12,27 | 14,98 |
| | | | | | 27,73 | 471,80 | 16,92 | 18,98 | 69,21 |
| Обед | закуска | 16 | Салат из свежих огурцов | 60 | 13,82 | 53 | 0,84 | 3,06 | 5,34 |
| | 1 блюдо | 133 | Суп картофельный рыбный | 200\12,5 | 9,88 | 110 | 2 | 4,9 | 14,3 |
| | 2 блюдо | 471 | Фрикодельки тушёные в соусе | 90 (50/40) | 24,36 | 155 | 9,04 | 8,22 | 10,71 |
| | гарнир | 302 | Каша пшеничная вязкая | 150 | 5,13 | 155 | 3,22 | 5,56 | 22 |
| | сладкое | 638 | Компот из изюма | 200 | 6,40 | 116 | 0,57 | 0 | 34,41 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 60 | 2,76 | 136 | 2,82 | 0,60 | 0,60 |
| | хлеб белый | | Хлеб пшеничный | 40 | 2,56 | 96 | 3,04 | 0,34 | 19,44 |
| | | | | | 64,91 | 821,00 | 21,53 | 22,68 | 106,80 |
| | | | | | 92,64 | 1292,80 | 38,45 | 41,66 | 176,01 |

с 12 лет и старше

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------|------------|---------|--------------|-------|--------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 160 | Суп молочный с вермишелью | 250 | 10,45 | 141,0 | 7 | 7,9 | 24,7 |
| | гор.напиток | 685 | Чай с сахаром | 200 | 1,75 | 57 | 0,2 | 0,05 | 15,03 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 40 | 2,35 | 96 | 3,04 | 0,34 | 19,44 |
| | закуска | 10 | Бутерброд горячий с сыром | 60 | 14,73 | 206 | 8,08 | 12,27 | 14,98 |
| | | | | | 29,28 | 500,00 | 18,32 | 20,56 | 74,15 |
| Обед | закуска | 16 | Салат из свежих огурцов | 60 | 13,82 | 88 | 1,4 | 5,1 | 8,9 |
| | 1 блюдо | 133 | Суп картофельный рыбный | 250\12,5 | 11,51 | 110 | 2 | 4,9 | 14,3 |
| | 2 блюдо | 471 | Фрикодельки тушёные в соусе | 90 (50/40) | 24,36 | 169 | 11,5 | 9,9 | 8 |
| | гарнир | 302 | Каша пшеничная вязкая | 200 | 7,03 | 155 | 3,22 | 5,56 | 22 |
| | сладкое | 638 | Компот из изюма | 200 | 6,40 | 116 | 0,57 | 0 | 34,41 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 60 | 2,76 | 136 | 2,82 | 0,60 | 0,60 |
| | Хлеб белый | | Хлеб пшеничный | 40 | 2,35 | 96 | 3,04 | 0,34 | 19,54 |
| | фрукт | | Яблоко свежее | 125 | 12,5 | 50 | 0,38 | 0 | 10,75 |
| | | | | | 80,73 | 920,00 | 24,93 | 26,40 | 88,21 |
| | | | | 110,01 | 1420,00 | 43,25 | 46,96 | 162,36 | |

Повар Павлова Г.Г. Павлова Г.Г.