

МЕНЮ
школьной столовой
МБОУ «Тувсинская СОШ»
 на « 21 » апрель



/С.Н.Васильев/

2023г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша пшеничная	200	8,30	10,20	39,60	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 повид	100	5,80	4,90	44,10	267	9-23
	ИТОГО						16-40

1-4 кл.

25-63

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	расcольник со смет	200	4,74	5,60	13,62	126	14-90
	макарон. отв.	150	5,40	4,90	32,80	197	5-50
	фрикадельки в соусе	50	10,95	9,72	5,40	153	34-10
	салат из свеклы	60	0,64	0,08	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 « 24 » апрель

2023г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша пшеничная	200	8,30	10,20	39,60	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
	ватрушки с повид	100	5,80	4,90	44,10	267	9-23
	ИТОГО						16-40

5-10 кл.

25-63

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	расcольник со смет	250	5,92	7,25	17,02	15,72	18-62
	макарон. отв.	200	7,20	6,53	43,73	262,66	7-33
	фрикадельки в соусе	50	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