

Меню
школьной столовой
МБОУ «Тувсинская СОШ»
на « 22 » апрель

/С.Н.Васильев/

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	наша гречневая	200	7,10	5,80	26,60	187	10-02
	подрейн. кот. с мажон	200	3,80	2,9	11,30	86	5-42
	пш.б. пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	пш.б. мажон св.	120	0,50		11,80	53	2-00
	ИТОГО						18-97

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	суп крестьянский	200	5,12	5,78	10,76	116	12,60
	рыб. отварная	150	3,70	4,80	36,50	204	5-50.
	запеканка из курицы	90	17,28	3,84	12,12	151	27-65
	салат из помид. и огур.	60	8,6	3,1	1,8	37,6	14-40
	компот из фруктов	200	1,00	8,10	15,70	67	4-95
	хлеб пшеничный	60	2,82	0,6	0,6	126	2-90
	ИТОГО						65-00.

ЗАВТРАК

На « 22 » сентября

2023г.

5-10 min.

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша гречневая	200	7,10	5,80	26,60	187	10-02
	кисл. комп. с мясом	200	3,80	2,9	14,30	86	5-42
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	сдобное св.	120	0,50	0,50	11,80	53	5-00
	ИТОГО						18-97

ОБЕД

[illegible]

Повар: *Т.В.* Т.В. Сотникова