



Директор

/С.Н.Васильев/

МЕНЮ

школьной столовой

МБОУ «Тувсинская СОШ»

на « 28 » апрель

2023г.

1-4 кл.

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 мёдом	200	1,60	1,10	8,70	51	4-73
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	яблоко	120	0,50	0,50	11,80	53	10-20
ИТОГО							18-28.

28-46.

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	14-10.
	тарелка по-домаш	200	20,10	16,70	17,20	316	40-40.
	салат свежий с яб.	60	0,64	6,08	2,71	53	5-10.
	чай с сахаром	200	0,20	-	6,50	27	2-50
	хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	2-50
ИТОГО							65-00

на « 28 » апрель

2023г.

5-10 кл.

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 мёдом	200	1,60	1,10	8,70	51	4-73
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	яблоко	120	0,50	0,50	11,80	53	10-20
ИТОГО							18-28

28-46.

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
	тарелка по-дом	250	25,12	23,39	21,50	398	50-50
	салат свежий с яб.	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	0,6	0,6	126	2-50
ИТОГО							82-02

Повар: Т.В. Сотникова