



«Утверждаю»
Директор: /С.Н.Васильев/

МЕНЮ
школьной столовой
МБОУ «Тувсинская СОШ»
на « 26 » апрель 2023г.

ЗАВТРАК

1-4 кл.

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	затпекачка из творог.	150	29,7	10,90	21,7	301	14-75
	каша овсяная	200	7,30	9,30	34,00	249	8-22
	чай с сахаром	200	0,20	—	6,50	27	2-50
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
ИТОГО							29-00.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	щипу св. кот. кар. соус	200/5	1,46	4,75	6,22	79	13-10.
	карт. пюре	150	3,20	5,20	19,80	139	10-40.
	пирог с соусом	90	8,56	14,11	4,07	197	29-29
	салат из кв. кот. с овощ.	60	0,66	1,02	4,14	29	5-01.
	компот из св. ябл.	200	0,15	0,14	9,93	42	4-30
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126	2-90
ИТОГО							65-00.

на « 26 » апрель 2023г.

ЗАВТРАК

5-10 кл.

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	затпекачка из творог.	150	29,7	10,7	21,7	301	14-75
	каша овсяная	200	7,30	9,30	34,00	249	8-22
	чай с сахаром	200	0,20	—	6,50	27	2-50
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
ИТОГО							29-00.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	щипу св. кот. кар. соус	250/5	1,83	5,94	7,78	98	16-37
	карт. пюре	200	4,26	6,93	26,40	185	13-80
	пирог с соусом	100	9,57	14,11	4,07	197	32-54
	салат из кв. кот. с овощ.	100	1,10	1,70	6,90	48	8-35
	компот из св. ябл.	200	0,15	0,14	9,93	42	4-30
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,6	126	2-90
ИТОГО							78-26.

Повар: Т.В.Сотникова