

МЕНЮ школьной столовой МБОУ «Тувсинская СОШ»

на « 10 » *май*



Директор

Утверждаю

С.Н. Васильев

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	<i>запеканка из творога</i>	<i>150</i>	<i>29,7</i>	<i>10,70</i>	<i>21,7</i>	<i>301</i>	<i>14-75</i>
	<i>каша ячневая</i>	<i>200</i>	<i>7,30</i>	<i>9,30</i>	<i>34,00</i>	<i>249</i>	<i>8-22</i>
	<i>чай с сахаром</i>	<i>200</i>	<i>0,20</i>	<i>-</i>	<i>6,50</i>	<i>27</i>	<i>2-50</i>
	<i>хлеб пшеничный</i>	<i>45</i>	<i>3,40</i>	<i>0,40</i>	<i>22,10</i>	<i>106</i>	<i>3-53</i>
ИТОГО							<i>29-00</i>

1-4 кл.

ОБЕД

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

на « 10 » *май*

2023г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	<i>запеканка из творога</i>	<i>150</i>	<i>29,7</i>	<i>10,70</i>	<i>21,7</i>	<i>301</i>	<i>14-75</i>
	<i>каша ячневая</i>	<i>200</i>	<i>7,30</i>	<i>9,30</i>	<i>34,00</i>	<i>249</i>	<i>8-22</i>
	<i>чай с сахаром</i>	<i>200</i>	<i>0,20</i>	<i>-</i>	<i>6,50</i>	<i>27</i>	<i>2-50</i>
	<i>хлеб пшеничный</i>	<i>45</i>	<i>3,40</i>	<i>0,40</i>	<i>22,10</i>	<i>106</i>	<i>3-53</i>
ИТОГО							<i>29-00</i>

5-10 кл.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	<i>щип. из св. кот. кар. сосис.</i>	<i>250/5</i>	<i>1,83</i>	<i>5,94</i>	<i>7,78</i>	<i>98</i>	<i>16-37</i>
	<i>карт. сер. пюре</i>	<i>200</i>	<i>4,26</i>	<i>6,93</i>	<i>26,40</i>	<i>185</i>	<i>13-80</i>
	<i>творожник с соусом</i>	<i>100</i>	<i>9,51</i>	<i>14,11</i>	<i>4,07</i>	<i>197</i>	<i>32-54</i>
	<i>салат из кв. кап. с об.</i>	<i>100</i>	<i>1,10</i>	<i>1,70</i>	<i>6,50</i>	<i>48</i>	<i>8-35</i>
	<i>компот из св. яблок</i>	<i>200</i>	<i>0,15</i>	<i>0,14</i>	<i>9,93</i>	<i>42</i>	<i>4-30</i>
	<i>хлеб ржаной</i>	<i>60</i>	<i>2,82</i>	<i>0,60</i>	<i>0,60</i>	<i>126</i>	<i>2-90</i>
ИТОГО							<i>78-26</i>

Повар: *С.А.*

Г.В. Соболев