

МЕНЮ
школьной столовой
МБОУ «Тувсинская СОШ»
на « 12 » мая 2023г.

Директор: С.Н.Васильев /С.Н.Васильев/
«Утверждаю»
1-4 км.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша гречневая	200	7,10	5,80	26,6	187	10-02
	чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	4-73
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
ИТОГО							18-28.

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	17-10.
	картофель по-домашнему	200	20,10	18,70	17,20	316	40-40.
	салат из свеклы	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	2-90
ИТОГО							85-00.

на « 12 » мая 2023г.

ЗАВТРАК

5-10 км.

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша гречневая	200	7,10	5,80	26,6	187	10-02
	чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	4-73
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
ИТОГО							18-28.

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
	картофель по-домашнему	250	25,12	23,39	21,50	398	50-50
	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	0,6	0,6	126	2-90
ИТОГО							82-02

Повар: Т.В.Сотникова