



МЕНЮ

школьной столовой
МБОУ «Тувсинская СОШ»

на « 19 » май

2023г.

Директор:

«Утверждаю»

С.Н. Васильев

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша пшеничная	200	8,30	10,20	37,60	275	10-16
	чай с лимоном	200	0,30	-	6,70	28	2-71
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	ИТОГО						16-40

1-4 кл.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	растопленный сыр	200/10	4,74	5,60	13,60	126	14-90
	макаронки ств.	150	5,40	4,50	32,80	197	5-50
	фрикадельки в соусе	90	10,95	9,72	5,40	153	34-10
	салат из свеклы	60	0,64	6,08	2,71	53	5-10
	чай с лимоном	200	0,30	-	6,70	28	2-50
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126	2-90
	ИТОГО						65-00

на « 19 » май

2023г.

5-10 кл.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша пшеничная	200	8,30	10,20	37,60	275	10-16
	чай с лимоном	200	0,30	-	6,70	28	2-71
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	ИТОГО						16-40

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	растопленный сыр	250/10	5,92	7,25	17,02	1572	18-62
	макаронки ств.	200	7,20	6,53	47,73	26266	7-33
	фрикадельки в соусе	90	10,95	9,72	5,40	153	34-10
	салат из свеклы	100	1,06	10,13	4,52	88	8-50
	чай с лимоном	200	0,30	-	6,70	28	2-50
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126	2-90
	ИТОГО						73-95

Повар:

Т.В. Сотникова

Т.В. Сотникова