

МЕНЮ

школьной столовой

МБОУ «Тувенская СОШ»

на « 15 » май

2023г.

Директор

«Утверждаю»

/С.Н.Васильев/

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша пшеничная	200	8,20	9,20	38,60	270	8-20
	чай с лимоном	200	0,30	-	6,70	28	2-71
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	ИТОГО						14-44

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	суп карт. с горох.	200	6,68	4,60	16,28	138	12-10
	макаронот. отв.	150	5,40	4,90	32,80	197	5-67
	пюре из св. картофеля	50	1,428	1,935	2,27	220	32-40
	салат из св. помид.	60	0,90	2,46	2,16	35	7-28
	чай с фрукт. соком	200	0,34	0,02	24,53	95	4-65
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126	2-90
	ИТОГО						65-00

ЗАВТРАК

на « 15 » май

2023г.

5-10 кл.

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша пшеничная	200	8,20	9,20	38,60	270	8-20
	чай с лимоном	200	0,30	-	6,70	28	2-71
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	ИТОГО						14-44

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	суп карт. с горох.	250	8,25	5,75	20,35	172,5	15-13
	макаронот. отв.	200	7,2	6,53	43,73	262,6	7-56
	пюре из св. картофеля	50	1,428	1,935	2,27	220	32-40
	салат из св. помид.	100	1,50	4,10	3,60	59	12-14
	чай с фрукт. соком	200	0,34	0,02	24,53	95	4-65
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126	2-90
	ИТОГО						74-98

Повар: Т.А.

Т.В.Сотникова