

МЕНЮ

школьной столовой

МБОУ «Тувсинская СОШ»

на « 23 » май

Директор:

«Утверждаю»

/С.Н.Васильев

2023г.

1-4 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 соком	200	0,34	0,02	24,53	95	4-83
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	ИТОГО						18-52.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	суп карт. с грибами	200	8,36	2,60	14,60	115	10-55
	каша гречневая	150	8,30	6,30	36,00	234	9-15.
	котлеты с соус.	90	17,28	3,84	12,12	155	29-90.
	винегрет овощной	60	0,60	5,30	4,10	67	11-00.
	чай с сахаром	200	0,20	—	—	29	1-50
	хлеб ржаной	60	2,82	0,6	6,50	126	2-90
	ИТОГО						65-00.

ЗАВТРАК

на « 23 » май

2023г.

5-10 кл.

№	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 соком	200	0,34	0,02	24,53	95	4-83
	хлеб пшенич.	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	ИТОГО						18-52.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	суп карт. с грибами	250	10,47	3,25	18,25	143	13-18.
	каша гречнев.	200	11,06	6,40	48,00	312	10-15.
	котлеты с соус.	100	19,20	4,15	13,46	172	31-90.
	винегрет овощной	100	1,00	8,83	6,83	111	17-30.
	чай с сахаром	200	0,20	—	—	29	1-50.
	хлеб ржаной	60	2,82	0,6	6,50	126	2-90.
	ИТОГО						76-93

Повар: /В.Е. Г.В. Сотникова