



Утверждаю:
Директор
МБОУ "Туруновская ООШ"
Васильев В.П.

2023г

Меню на 08 сентября 2023г

Школа "Туруновская ООШ" с 12 лет - до 17 лет Отд./корп _____ День 5

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша молочная гречневая с маслом	200\10	16,30	99	3,78	0,78	20,40	
	гор.напиток	686	Чай с лимоном	200	3,84	59	0,16	0,03	15,20	
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,35	95	3,04	0,32	19,44	
	хол.закуски		Сыр порциями	20	12,51	90	5,8	6,0	0	
						35,00	343,03	12,73	7,10	55,04
Обед	закуска	43	Салат из свежей капусты	60	6,52	51,42	0,88	3,05	5,39	
	1 блюдо	132	Рассольник ленинградский со сметаной	250\5	11,20	134,10	2,23	6,06	16,91	
	2 блюдо	493	Бедро тушёное в сметанном соусе	70\30	31,83	160	20,1827,98	4,13	8,05	
	гарнир	516	Макароны отварные	200	7,98	260,59	7,03	6,50	42,30	
	сладкое	631	Компот из свежих яблок	200	6,53	108,96	0,16	0,16	27,87	
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,60	98,00	3,12	0,36	0,00	
	фрукт		Яблоко свежее	1 штук	10,34	45,00	0,40	0,40	9,80	
						78,00	857,67	13,82	20,66	110,32
						113,00	1200,70	26,55	27,76	165,36