



Утверждаю:

Директор

МБОУ "Туруновская ООШ"

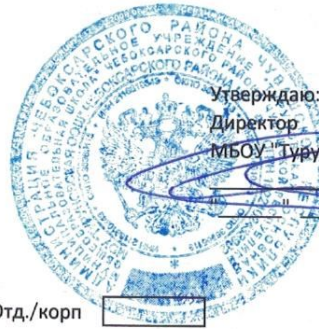
Васильев В.П.

2023г

Меню на 14 сентября 2023г

Школа "Туруновская ООШ" Отд./корп _____ День 9
с 07 лет - до 12 лет

прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша молочная рисовая с маслом	180\5	13,42	230	5,29	7,57	34,62
	гор.напитк	631	Компот из свежих яблок	200	6,48	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,36	95	3,04	0,32	19,44
	хол.закуски		Сыр порциями	15	7,74	90	5,8	6,0	0
					30,00	523,75	14,24	14,02	81,93
Обед	закуска								
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200\5	7,38	79,76	1,52	4,94	6,49
	2 блюдо	388	Котлеты рыбные с соусом	50\50	16,25	84	4,05	4,20	8,05
	гарнир	520	Картофельное пюре	150	10,78	165,27	7,03	6,50	19,71
	сладкое	634	Компот из чёрной смородины	200	12,59	57,60	0,20	0,00	13,60
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	3,60	98,00	3,12	0,36	12,48
	фрукт		Груша свежая	1 штук	14,40	45,00	0,40	0,40	9,80
					65,00	529,68	16,32	16,40	70,13
				95,00	1053,43	30,56	30,42	152,06	



Утверждаю:
Директор
МБОУ "Туруновская ООШ"
Васильев В.П.
_____ 2023г

Меню на 14 сентября 2023г

Школа "Туруновская ООШ" Отд./корп _____ День _____ 9
с 12 лет и старше

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша молочная рисовая с маслом	200\10	15,30	230	5,29	7,57	34,62	
	гор.напиток	631	Компот из свежих яблок	200	6,48	109	0,16	0,16	27,87	
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,36	95	3,04	0,32	19,44	
	хол.закуски		Бутерброд с сыром	50 (30/20)	10,86	90	5,75	5,97	0	
						35,00	523,75	14,24	14,02	81,93
Обед	закуска		Салат из свёклы	60	5,46	74,88	1,08	4,86	6,29	
			Щи из свежей капусты с							
	1 блюдо	124	картофелем со сметаной	250\5	8,50	79,76	1,52	4,94	6,49	
	2 блюдо	388	Котлеты рыбные с соусом	70\30	20,05	118	5,67	5,88	11,27	
	гарнир	520	Картофельное пюре	200	13,40	220,36	4,16	10,88	26,28	
	сладкое	634	Компот из чёрной смородины	200	12,59	57,60	0,20	0,00	13,60	
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	3,60	98,00	3,12	0,36	12,48	
	фрукт		Груша свежая	1 штук	14,40	45,00	0,40	0,40	9,80	
						78,00	693,27	16,15	27,32	86,21
						113,00	1217,02	30,39	41,34	168,14