



Утверждаю:  
Директор  
МБОУ "Туруновская ООШ"

Васильев В.П.

2023г

## Меню на 19 сентября 2023г

Школа "Туруновская ООШ" Отд./корп \_\_\_\_\_ День 2  
с 7 лет - до 12 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша молочная из овсяных хлопьев	180\5	13,35	253	6,86	12,00	29,25	
	гор.напиток	ТУ	Чай с фруктовым соком	200	7,80	33	0,54	0,10	8,58	
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,35	95	3,04	0,32	19,44	
	хол.закуски		Бутерброд с джемом	20\40	6,50	36	2,1	3,9	0	
						30,00	417,01	12,54	16,32	57,27
Обед	закуска	71	Винегрет овощной	60	4,72	74,60	0,80	6,06	4,11	
	1 блюдо	110	Борщ с капустой картофелем со сметаной	200\5	7,11	90,04	1,57	4,87	10,71	
	2 блюдо	461	Тефтели рубленые с соусом	60\30	28,69	139	7,47	8,37	8,05	
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	150\5	6,72	257,88	8,38	6,10	41,26	
	сладкое	699	Напиток апельсиновый	200	6,17	77,00	0,20	0,00	19,80	
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,60	98,00	3,12	0,36	0,00	
	фрукт		Бананы	70	7,99	62,30	0,76	0,23	14,16	
						65,00	798,92	22,30	25,99	98,09
						95,00	1215,93	34,84	42,31	155,36



Утверждаю  
Директор  
МБОУ "Туруновская ООШ"

Васильев В.П.  
2023г

### Меню на 19 сентября \_\_ 2023г

Школа

"Туруновская ООШ"

Отд./корп

День

2

с 12 лет - до 17 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	511	Каша молочная из овсяных хлопьев	230\10	18,35	281	7,63	13,34	32,53
	гор.напиток	ТУ	Чай с фруктовым соком	200	7,80	33	0,54	0,10	8,58
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,35	95	3,04	0,32	19,44
	хол.закуски		Бутерброд с джемом	60	6,50	36	2,1	3,9	0
						35,00	445,10	13,31	17,66
Обед	закуска	71	Винегрет овощной	80	7,88	99,47	4,00	8,08	5,49
			Борщ с капустой картофелем со сметаной	250\5	8,48	114,89	2,04	5,96	14,37
	1 блюдо	124							
	2 блюдо	492	Тефтели рубленные с соусом	60\50	28,69	139	7,47	8,37	8,05
	гарнир	520	Каша гречневая рассыпчатая	200\10	10,20	359,91	11,64	8,70	57,26
	сладкое	699	Напиток апельсиновый	200	6,17	77,00	0,20	0,00	19,80
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,60	98,00	3,12	0,36	0,00
	фрукт		Бананы	90	12,98	89,00	1,09	0,33	20,24
						78,00	977,37	29,56	31,80
					113,00	1422,47	42,87	49,46	185,76