

СОГЛАСОВАНО

директор *В. Р. Воронцов*

УТВЕРЖДАЮ



Мефо

Меню на 25 октября 2023г

"Туруновская ООШ"

с 07 лет - до 12 лет

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углевод
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180\5	13,78	262	5,59	8,58	38,
	гор.напиток	79	Чай чёрный с яблочным соком	200	4,43	33	0,54	0,10	8,
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,11	95	3,04	0,32	19,
	хзакуска		Сыр порциями	10	9,68	40	2,5	2,5	
					30,00	429,94	11,67	11,50	68,
Обед	закуска	71	Винегрет	60	5,50	51,42	0,88	3,05	5,3
	1 блюдо	134	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	200	14,08	87,80	1,51	3,98	11,4
	2 блюдо	493	Филе куриное, тушёное в соусе	40\40	32,49	203	13,25	11,29	12,8
	гарнир	516	Макароны отварные	150\5	6,45				
	сладкое	699	Напиток лимонный	200	5,48	83,40	0,16	0,04	22,0
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	4,00	98,00	3,12	0,36	0,0
					68,00	523,52	18,92	18,72	51,6
					98,00	953,46	30,59	30,22	119,98

СОГЛАСОВАНО

директор *В. П. Волков*

УТВЕРЖДАЮ



Мефодьева Е

Меню на 25 октября 2023г

"Туруновская ООШ"

с 12 лет и старше

Отд./корп

День

8

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200\5	18,78	262	5,59	8,58	38,23
	гор.напиток	79	Чай чёрный с яблочным соком	200	4,43	33	0,54	0,10	8,56
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,11	95	3,04	0,32	19,44
	хзакуска		Сыр порциями	15	9,68	77	0,2	0,2	19
					35,00	466,94	9,35	9,18	85,65
Обед	закуска	71	Винегрет	60	5,50	51,42	0,88	3,05	5,39
	1 блюдо	134	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	250	21,48	87,80	1,51	3,98	11,42
	2 блюдо	493	Филе куриное, тушёное в соусе	50\50	32,49	203	13,25	11,29	12,84
	гарнир	516	Макароны отварные	200	9,05				
	сладкое	699	Напиток лимонный	200	5,48	83,40	0,16	0,04	22,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	4,00	98,00	3,12	0,36	0,00
					78,00	523,52	18,92	18,72	51,65
					113,00	990,46	28,27	27,90	137,30