

СОГЛАСОВАНО

*директор* *В.А. Волков*

УТВЕРЖДАЮ



Мефодьева I

**Меню** на 23 ноября 2023г

"Туруновская ООШ"

Отд./корп

День

9

с 07 лет - до 12 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	алорийнос	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша молочная овсяная с маслом	180\5	17,42	261,74	5,59	8,58	38,23	
	гор.напиток	686	Чай с лимоном	200	4,43	60,00	0,30	0,00	24,10	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,11	95	3,04	0,32	19,44	
	закуска		Масло сливочное	10	6,04	90	5,75	5,97	0	
						30,00	506,94	14,68	14,87	81,77
Обед	закуска	52 (2011)	Салат из свёкла отварной с маслом	60	5,16	53,91	0,81	3,65	4,72	
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне	200\5	15,95	79,76	1,52	4,94	6,49	
	2 блюдо	388	Котлеты рыбные с соусом	50\50	27,78	84,05	4,05	4,20	8,05	
	гарнир	520	Картофельное пюре с маслом сливочным	150\5	10,26	199,50	4,88	4,01	47,83	
	сладкое	639	Компот из сухофруктов	200	4,85	108,83	0,36	0,00	28,06	
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	4,00	98,00	3,12	0,36	12,48	
						68,00	624,05	14,74	17,16	107,63
						98,00	1130,99	29,42	32,03	189,40

СОГЛАСОВАНО

*директор* *В. П. Волков*

УТВЕРЖДАЮ



Мафодьева

**Меню** на 23 ноября 2023г

"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 овсяная с маслом сливочным	200\5	22,42	290,77	6,20	9,53	42,48	
	гор.напиток	686	Чай с лимоном	200	4,43	60	0,30	0,00	15,20	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,11	95	3,04	0,32	19,44	
	закуска		Масло сливочное	10	6,04	90	5,75	6,0	0	
						35,00	535,97	15,29	15,82	77,12
Обед	закуска	52 (2011)	Салат из свёкла отварной с маслом	80	7,63	53,91	0,81	3,65	4,72	
			Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	250\5	18,93	99,70	1,90	6,17	8,11	
	1 блюдо	124	Котлеты рыбные с соусом	50\50	27,78	84,05	4,05	4,20	8,05	
	гарнир	511	Рис отварной	200	14,81	266,00	6,50	4,07	63,77	
	сладкое	639	Компот из сухофруктов	200	4,85	84,05	4,05	4,20	8,05	
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	4,00	126,05	0,57	0,00	32,21	
						78,00	713,76	17,88	22,29	124,91
						113,00	1249,73	33,17	38,11	202,03