



Директор С.Н.Васильев/

МЕНЮ
ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ
МБОУ «Тувинская СОШ»

на « 26 » января

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша гречневая	200	7,10	5,80	26,60	187	10-02
	чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	4-07
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	ИТОГО						
							17-62

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	щип. из св. кот. кар. со см.	200/10	1,46	4,75	6,22	79	13-10
	плов из птицы	200	2,730	8,10	32,20	315	33-13
	выпечка овсяная	60	0,60	5,30	4,10	67	11-00
	компот из св. ягод	200	0,16	0,16	27,87	109	4-87
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126	2-90
	ИТОГО						
							65-00

на « 26 » января 2023г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша гречневая	200	7,10	5,80	26,60	187	10-02
	чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	4-07
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	ИТОГО						
							17-62

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	щип. из св. кот. кар. со см.	250/10	1,83	5,94	7,78	98	16-37
	плов из птицы	250	3,42	10,12	40,25	393,75	44-17
	выпечка овсяная	100	1,44	9,76	7,68	125	17-30
	компот из св. ягод	200	0,16	0,16	27,87	109	4-87
	хлеб ржаной	60	2,82	0,60	0,60	126	2-90
	ИТОГО						
							85-61

Повар. Т.В.Сотникова