



«Утверждаю»
Директор МБОУ «Кшаушская СОШ»
Е.А. Майков
«30» января 2023_ г.

Меню на 30 января 2023 г.

№	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Обед							
1	Салат из св.кап.с кукурузой	50	5-00	0,93	3,05	5,65	53
2	Суп карт. с горохом на м/б со сметаной	250/5	18-00	4,71	4,00	15,96	118
3	Котлеты рубленные с соусом	50/30	25-00	9,08	15,2	9,20	165
4	Макароны отварные	200	9-00	5,32	4,89	35,52	211
5	Компот из свежих яблок	200	7-00	0,16	0,16	27,87	109
6	Хлеб ржаной	30	2-00	2,82	0,6	0,6	126
7	Хлеб пшеничный	30	2-00	1,52	0,17	9,72	48
	Итого		68-00	24,54	27,8	104,52	830

Повар

Е.В.Кириллова



«Утверждаю»

Директор МБОУ «Кюшаушская СОШ»

Е.А. Майков

31 января

2023__ г.

Меню на 31 января 2023 г.

№	Наименование блюд	Выход гр.	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Энергет ическая ценност ь, ккал
Обед							
1	Огурцы св.порц.	50	5-00	0,48	0,12	3,12	12
2	Борщ из св.кап. с карт.на м/б со сметаной	250/5	18-00	1,47	4,67	7,31	89
3	Птица тушенная с соусом	50/30	25-00	12,75	22,45	1,4	45
4	Пюре картофельное	200	9-00	3,22	5,56	22	155
5	Чай с лимоном	200	7-00	0,26	0,06	15,22	59
6	Хлеб ржаной	30	2-00	2,82	0,6	0,6	126
7	Хлеб пшеничный	30	2-00	1,52	0,17	9,72	48
	Итого		68-00	22,52	33,63	59,37	534

Повар

Е.В. Кириллова