



Утверждаю:
 Директор
 МБОУ "Туруновская ООШ"
 Васильев В.П.

2023г

Меню на 20 февраля 2023 г

Школа "Туруновская ООШ" Отд./корп _____ День 1
 с 7 лет - до 12 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша молочная ассорти "Дружба" с маслом	200\10	15,77	209	5,67	6,98	30,82
	гор.напиток	592	Кофейный напиток	200	5,34	116	0,44	0	28,88
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,72	72	1,52	0,17	9,72
	закуска	3	Бутерброд с сыром	60	15,32	132	2,1	5,6	17
					38,15	529,00	9,73	12,75	86,42
Обед	закуска		Помидор свежий порциями	60	12,20	12	0,48	0,12	3,12
	1 блюдо	138	Суп картофельный с горохом с мясом куриным	200\10	9,55	119	4,71	3,73	15,96
	2 блюдо	451	Котлеты рубленные с соусом	90 (50/40)	23,60	165	9,08	9,46	10,66
	гарнир	516	Макароны отварные	150	6,50	211	5,32	4,89	35,52
	сладкое	ТУ	Чай с фруктовым соком	200	5,00	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,05	126	2,82	0,60	0,60
	фрукт		Мандарин свежий	100	17,50	40	0,30	0,00	8,60
					77,40	782	22,87	18,96	102,33
					115,55	1311,00	32,60	31,71	188,75
				с 12 лет и старше					
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша молочная ассорти "Дружба" с маслом	200\10	15,77	222	6,76	7,66	31,2
	гор.напиток	592	Кофейный напиток	200	5,34	86	1,6	1,65	17,36
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,56	96	3,04	0,34	19,44
	закуска	3	Бутерброд с сыром	60	15,32	132	2,1	5,6	17
					38,99	536,00	13,50	15,25	85,00
Обед	закуска		Помидор свежий порциями	60	12,20	12	0,48	0,12	3,12
	1 блюдо	138	Суп картофельный с горохом с мясом куриным	250\10	10,80	148	5,88	3,12	19,95
	2 блюдо	451	Котлеты рубленные с соусом	90 (50/40)	23,60	165	10,84	7,6	1,86
	гарнир	516	Макароны отварные	200	8,87	281	7,09	6,52	47,36
	сладкое	ТУ	Чай с фруктовым соком	200	5,08	95	0,34	0,02	24,53
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,05	126	2,82	0,60	0,60
	Хлеб белый		Хлеб пшеничный	40	2,56	96	3,04	0,34	19,44
	фрукт		Мандарин свежий	100	17,50	40	0,30	0,00	8,60
					83,66	962,6	27,45	17,98	97,42
					122,65	1498,60	40,95	33,23	182,42