



С.Н.Васильев/

МЕНЮ

ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ

МБОУ «Тувенская СОШ»

на « 3 » февраль 2023г.

ЗАВТРАК

1-4 кл.

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша пшённая	200	8,30	10,20	37,60	275	8-72.
	чай с сахаром	200	0,34	0,02	24,53	95	4-83.
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53
	булочка домашняя	100	7,5	13,2	60,9	394	5-50.
ИТОГО							22-58.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	суп карт. с грибами	200	8,38	2,60	14,60	115	15-67.
	каша гречневая	150	8,30	6,30	36,00	234	9-15.
	котлеты с соусом	90	15,39	20,00	5,06	223	29-90.
	салат из бел. кот.	60	1,0	6,10	5,80	82	2-43
	компот из яблок	200	0,40	0,10	18,40	76	4-95.
	хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	2-90
ИТОГО							65-00.

на « 3 » февраль 2023г.

ЗАВТРАК

5-10 кл.

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	каша пшённая	200	8,30	10,20	37,60	275	8-72.
	чай с сахаром	200	0,34	0,02	24,53	95	4-83
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53.
	булочка домашняя	100	7,5	13,2	60,9	394	5-50
ИТОГО							22-58.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	суп карт. с грибами	250	10,47	3,25	18,25	143	17-67.
	каша гречневая	200	11,06	8,40	48,0	312,0	10-15
	котлеты с соусом	100	17,10	22,23	5,62	249	31-90.
	салат из бел. кот.	100	1,49	4,88	9,04	85	2-82.
	компот из яблок	200	0,40	0,10	18,40	76	4-95.
	хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	2-90
ИТОГО							70-39

Повар. *Т.В.Сотникова*