



Директор

С.Н.Васильев

МЕНЮ
школьной столовой
МБОУ «Тувенская СОШ»
на « 2 » февраль

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.
	кварейн. каш. с мяс.	200	3,8	2,9	11,30	86	4-01.
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53.
	яблоки свежие	120	0,5	0,5	11,8	53,3	6-60
	ИТОГО						24-16.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	рассольник с сосис.	200/10	4,74	5,80	13,62	126	13-58.
	макаронот отв.	150	5,40	4,90	32,80	197	5-50.
	фрикад. туш. в соус.	90	12,31	10,93	6,07	172,12	32-40.
	салат из свеклы.	60	0,80	2,70	4,60	46	4-80.
	каширок яблок.	200	0,15	0,14	9,93	42	5-82.
	хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	2-90
	ИТОГО						65-00

на « 2 » февраль

2023г.

5-10 кл.

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.
	кварейн. кашит. с мяс.	200	3,8	2,9	11,30	86	4-01.
	хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	106	3-53.
	яблоки свежие	120	0,5	0,5	11,8	53,3	6-60.
	ИТОГО						24-16.

ОБЕД

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калор.	Цена
	рассольник с сосис.	200/10	5,92	7,25	17,02	159,50	16-99
	макаронот отв.	200	7,2	6,53	43,73	262,66	6-52
	фрикад. туш. в соус.	90	12,31	10,93	6,07	172,12	33-40
	салат из свеклы.	100	1,22	14,47	7,34	165	5-10.
	каширок яблок.	200	0,15	0,14	9,93	42	5-82
	хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	2-90
	ИТОГО						70-71

Повар: С.В. Т.В.Сотникова