

Утверждаю.

Квачева Г.И.

2022г.



МЕНЮ
на 12 января 2022г.
1-4 классы

Наименование блюд	Выход, гр., мл.	Химический состав		Углевод ы	Калорий ность, ккал.
		белки, гр.	жиры, гр.		
Горячий обед					
Салат из капусты с растительным маслом(т/к № 100201)	60	0,98	6,05	5,78	82,10
Суп картофельный с крупой на овощном бульоне	200	1,6	4,09	13,54	97,4
Рыба тушеная в томате с овощами (т/к № 51 М.П..Могильный-2005)	80	13,87	7,85	6,53	150,00
гарнир: пюре картофельное (т/к № 130101)	150	3,33	3,84	21,59	134,51
соус красный основной (т/к № 833 М.П..Могильный-В.А.Тутельян,2010)	30	0,23	0,67	1,82	14,20
Компот из плодов сухих (т/к № 160209-2)	200	0,28	0,06	27,88	113,52
Бутерброды с маслом		0,08	8,23	0,08	74,8
	30	1,64	0,28	0,26	39,0
Хлеб пшеничный(т/к № 200102)	20	1,64	0,28	0,26	39,0
Хлеб ржано-пшеничный (т/к № 200103)	20	1,72	0,31	0,31	47,06
Итого:	820	29,36	29,69	87,11	821,83

Директор школы

Утверждаю.

Квачева Г.И.

2022г.



МЕНЮ
на 12 января 2022г.
5- 11 классы

Наименование блюд	Выход, гр., мл.	Химический состав		Углево ды	Калорийнос ть, ккал.
		белки, гр.	жиры, гр.		
Горячий обед					
Салат витаминный (т/к № 100201)	100	8,28	6,8	24,73	187,23
Суп картофельный с крупой на овощном бульоне	250	2	5,11	16,93	121,75
Рыба тушеная в томате с овощами (т/к № 51 М.П..Могильный-2005)	80	13,87	7,85	6,53	150,00
гарнир: пюре картофельное (т/к № 130101)	180	3,67	5,76	24,54	164,70
соус красный основной (т/к № 833 М.П..Могильный-В.А.Тутельян,2010)	30	0,23	0,67	1,82	14,20
Компот из плодов сухих (т/к № 160209-2)	200	0,28	0,06	27,88	113,52
Хлеб пшеничный(т/к № 200102)	40	3,28	0,56	0,52	78,0
Хлеб ржано-пшеничный (т/к № 200103)	20	1,72	0,31	0,31	47,06
Итого за день:	900	33,33	27,12	103,26	876,46