

Утверждаю



директор
МОУ Верещагинская ОШ
И.В. Мавухина

МЕНЮ

1 марта 2023 г.

12-18

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150/50	31,7	30,4	30,7	532
БАНАН	100	1,5	0,5	21,4	98
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	195/5	0,2		10,1	41
ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	70	5,1	6,7	50,5	283
Итого		42,3	39,1	138,4	1085
Обед					
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/15	7,4	13,1	10,1	198
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,3	0,4	21,2	102
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,7	6,5	24,4	169
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	90	9,1	22,2	8	268
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	15,8	67
Итого		25,7	43,1	91,3	864
Всего		68	82,2	229,7	1949

Зав. производством (шеф-повар)

Федосеева Г.В.