

Утверждаю

директор

МОУ Верещагинская ОШ

Манухина И.В./



МЕНЮ

1 февраля

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	27,5	20,5	30,2	422
БАНАН	100	1,5	0,5	21,1	96
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	195/5	0,2		5,9	24
ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	70	5,1	6,7	50,5	283
Итого		38,1	29,2	133,4	956
Обед					
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/15	7,3	13,9	10,5	206
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	22,6	8	271
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	14,9	63
Итого		25,6	44,3	90,8	871
Всего		63,7	73,5	224,2	1827

Зав. производством (шеф-повар)

Федосеева Г.В.