



директор
МОУ Верещагинская ОШ
Манухина И.В./

МЕНЮ

9 февраля 2023 г.

12-18

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ					
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	200/7	0,1		5,1	22
ЯБЛОКО	110	8,3	10,8	81,8	459
БАТОН	100	0,4	0,4	9,8	47
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	1,9	0,7	12,9	66
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	30	6,9	8,9		109
ГОРОШЕК КОНСЕРВЫ	150	14,4	23,8	2,7	283
Итого	40	1,2	0,1	2,4	15
		33,2	44,7	114,7	1001
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ					
БАТОН	60	0,7	0,1	2,3	15
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	250	2,1	5,2	16,9	123
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	50	3,3	0,4	21,2	102
ГУЛЯШ	180	6,6	5,8	37,6	229
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	50/50	13,3	15,8	3,6	210
Итого	200	1	0,2	20,2	86
Всего		28,5	28,1	112,1	817
		61,7	72,8	226,8	1818

Зав. производством (шеф-повар)

Федосеева Г.В.