

Утверждаю

директор

МОУ Верещагинская ОШ

Манухина И.В./

# МЕНЮ

10 марта 2023 г.

12-18



| Наименование блюда         | Выход  | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|----------------------------|--------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                            |        | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                    |        |                   |         |             |                                     |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ              | 20     | 0,2               |         | 0,5         | 3                                   |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ          | 180    | 3,7               | 6,5     | 24,4        | 169                                 |
| БАТОН                      | 50     | 3,8               | 1,5     | 25,7        | 131                                 |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ             | 90     |                   | 9,7     |             | 87                                  |
| БАНАН                      | 100    | 1,5               | 0,5     | 21,4        | 98                                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ              | 200/16 | 0,2               |         | 19,8        | 80                                  |
| Итого                      |        | 9,4               | 18,2    | 91,8        | 568                                 |
| Обед                       |        |                   |         |             |                                     |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ              | 40     | 0,3               |         | 1           | 6                                   |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ           | 250    | 2,4               | 4,4     | 19,3        | 127                                 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180    | 4,3               | 5,5     | 45,2        | 247                                 |
| БАТОН                      | 25     | 2                 | 0,8     | 13,4        | 68                                  |
| ШНИЦЕЛЬ                    | 90     | 9,1               | 25,4    | 8           | 297                                 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                | 50     | 3,3               | 0,4     | 21,2        | 102                                 |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ           | 50     | 3,7               | 4,8     | 36,1        | 202                                 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ           | 200    |                   |         | 23,3        | 93                                  |
| Итого                      |        | 25,1              | 41,3    | 167,5       | 1142                                |
| Всего                      |        | 34,5              | 59,5    | 259,3       | 1710                                |

Зав. производством (шеф-повар)

Федосеева Г.В.