



директор  
МОУ Верещагинская ОШ  
/Манухина И.В./

# МЕНЮ

14 января 2023 г.

12-18

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУР	80	8,1	18,2	7,1	224
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,7	6,5	24,4	169
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		15,9	64
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
БАНАН	100	1,5	0,5	21,1	96
Итого		17,4	35	94,3	759
<b>Обед</b>					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБНЫЙ	250/15	6	3,4	17,3	125
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,3	0,4	21,2	102
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	0,8	0,1	2,7	17
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	90/150	7,7	8,2	7,9	136
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200			23,3	93
Итого		19,3	12,7	82,7	525
Всего		36,7	47,7	177	1284

Зав. производством (шеф-повар)

Федосеева Г.В.