

Утверждаю

директор

МОУ Верецагинская ОШ

Манухина И.В./



МЕНЮ

17 марта 2023 г.

12-18

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЙОГУРТ	100	1,9	1,5	2,9	47
ЧАЙ С САХАРОМ	200/16	0,2		19,8	80
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	11,1	19,7	2,4	231
ГОРОШЕК КОНСЕРВЫ	30	1	0,1	2	13
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131
Итого		18,4	23,2	62,3	548
Обед					
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/20	6,9	11,1	10,7	172
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	4	0,5	25,4	122
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	6,4	42,3	253
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0,1	2,5	14
ГУЛЯШ	50/50	5,8	8,1	3,5	111
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50	3,7	4,8	36,1	202
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200			22,3	89
БАТОН	20	1,5	0,6	10,8	52
Итого		29,3	31,6	153,1	1015
Всего		47,7	54,8	215,4	1563

Зав. производством (шеф-повар)

Федосеева Г.В.