

Утверждаю

директор

МОУ Верещагинская ОШ

/Манухина И.В./

МЕНЮ
20 марта 2023 г.

12-18



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ "ДРУЖБА"	200/10	9	14,6	35,3	308
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	40	9,2	11,8		145
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,5		10,7	46
Итого		22,9	28,3	81,2	676
Обед					
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	10,1	20,7	8,8	262
РИС ОТВАРНОЙ	180	5,3	7,2	56,9	314
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,3	0,4	21,2	102
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	15
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	8,2	11,7	8,7	173
Итого		30,1	40,9	128,4	1004
Всего		53	69,2	209,6	1680

Зав. производством (шеф-повар)

Федосеева Г.В.