

Утверждаю

директор

МОУ Верещагинская ОШ

Манухина И.В./



МЕНЮ

23 марта 2023 г.

12-18

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		9,9	41
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	110	8,3	10,8	81,8	459
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
БАТОН	25	2,3	0,9	15,4	79
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	6,9	8,9		109
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,4	23,8	2,7	283
ГОРОШЕК КОНСЕРВЫ	40	1,2	0,1	2,4	15
Итого		33,6	44,9	121,7	1032
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	15
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,1	5,2	16,9	123
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,3	0,4	21,2	102
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	5,8	37,6	229
ГУЛЯШ	50/50	13,3	15,8	3,6	210
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86
Итого		28,5	28,1	112,1	817
Всего		62,1	73	233,8	1849

Зав. производством (шеф-повар)

Федосеева Г.В.