

Утверждаю

директор

МОУ Верецагинская ОШ

Манухина И.В./



МЕНЮ

31 мая 2023 г.

12-18

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150/50	30,7	24,7	48,1	544
БАНАН	100	1,5	0,5	21	96
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	195/5	0,2		6,9	28
ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	70	5,1	6,7	50,5	283
Итого		41,3	33,4	152,2	1082
Обед					
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/15	7,7	15,2	10,4	219
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,3	0,4	21,2	102
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,7	6,5	24,4	169
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	90	9,1	22,2	8	268
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	26,5	109
Итого		26	45,2	102,3	927
Всего		67,3	78,6	254,5	2009

Зав. производством (шеф-повар)

Федосеева Г.В.