



# МЕНЮ



«Утверждаю»  
 Директор МБОУ СОШ №1  
 имени А.В. Суворова

День 07

Лось А.Н.

				День	12.01.2023		
завтрак							
Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокочанной капусты	60	10,66	36,24	0,79	1,95	3,88	
Каша гречневая вязкая	150	11,92	145,5	4,58	5	20,52	
гуляш из говядины	100	77,76	221	14,55	16,79	2,89	
сок фруктовый	200	28,2	84,8	1	0	20,2	
Хлеб пшеничный	25	2,75	57,4	1,6	0,2	12,3	
Хлеб ржаной	20	2,33	43,88	1,1	0,2	9,42	
Итого	555,00	133,62	588,82	23,62	24,14	69,21	
обед							
Суп-лапша по домашнему	200	3,28	92,6	2,05	4,43	9,30	
Капуста тушеная	150	15,58	112,6	3,10	4,85	14,10	
Котлеты из птицы	90	45,50	234	14,27	13,71	13,32	
Кофейный напиток с молоком	200	14,12	100,6	3,17	2,68	15,95	
Хлеб пшеничный	35	3,85	80,36	2,24	0,28	17,22	
Хлеб ржаной	35	4,07	76,75	1,92	0,35	16,48	
Вафли	30	9,23	123,75	0,59	4,59	20,02	
итого	740,00	95,63	820,66	27,34	30,89	106,39	

Ответственный за питание: \_\_\_\_\_