



МЕНЮ

День 02



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

Лось А.Н.

				День	19.01.2023		
завтрак							
Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углеводы	
Нарезка из соленых огурцов	60	10,69	6	0,48	0,06	1,02	
Плоды из птицы (цыплёнок-бройлер)	210	45,38	313,6	18,9	9,4	38,27	
Кисломолочный продукт (Йогурт 2,5%)	200	27,12	146	5,6	5	19,4	
хлеб пшеничный	25	2,75	57,4	1,6	0,2	12,3	
хлеб ржаной	25	2,91	54,85	1,38	0,25	11,77	
Итого	520	88,85	577,85	27,96	14,91	82,76	
обед							
Салат из белокочанной капусты	80	14,21	48,3	1,05	2,56	5,17	
Суп с макарон.изд. И картофелем	200	5,81	87,2	2,05	2,22	12,55	
Пюрет картофельное	150	20,93	172,9	3,10	9,16	17,99	
Рыба туш.в томате с овощами	160	47,77	168	15,60	7,92	6,08	
Компот из сухофруктов	200	5,17	132,8	0,66	0,09	32,01	
Хлеб пшеничный	50	5,50	114,8	3,20	0,40	24,60	
Хлеб ржаной	35	4,07	76,75	1,92	0,35	16,48	
итого	875	103,46	800,75	27,58	22,70	114,88	

Ответственный за питание: _____