



# МЕНЮ

День 03



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

Лось А.Н.

			День	20.01.2023			
завтрак							
блюдо	Выход, г	Цена	Калории	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукты свежие	100	13,78	47	0,4	0,4	9,8	
Икра кабачковая пром.пр-ва	60	8,2	54,58	1,03	3,22	5,37	
Омлет с сыром	120	50,88	278	14,34	23,54	2,04	
Хлеб пшеничный	25	2,75	57,4	1,6	0,2	12,3	
Чай с лимоном	200	3,51	62	0,13	0,02	15,2	
Кондитерское изделие (печенье сахарное)	20	6,15	83,4	1,5	1,96	14,8	
<b>Итого</b>	<b>525</b>	<b>85,27</b>	<b>582,38</b>	<b>19</b>	<b>29,34</b>	<b>59,51</b>	
обед							
Нарезка из соленых огурцов	60	10,69	6	0,48	0,06	1,02	
Суп овощной со сметаной	205	8,71	84,2	1,37	4,79	7,52	
Макаронные изделия отварные	150	13,43	168,40	5,52	4,51	26,44	
Биточек из говядины с соусом	144	75,07	291,6	15,08	18,04	16,47	
Сок фруктовый	200	11,34	84,8	1,00	0,00	20,20	
Хлеб пшеничный	50	3,85	80,36	2,24	0,28	17,22	
Хлеб ржаной	30	4,07	76,75	1,92	0,35	16,48	
<b>итог</b>	<b>839</b>	<b>127,16</b>	<b>792,11</b>	<b>27,61</b>	<b>28,03</b>	<b>105,35</b>	

Ответственный за питание: \_\_\_\_\_