

МЕНЮ

на 21 декабря 2023года

Школа	МКОУ Старомаклаушинская СШ			Отд./к орп				Ден ь	21.12. 2023
Прием пищи	Разде л	№ рец.	Блюдо	Выход , г	Цена	Калорий ность	Бел ки	Жир ы	Углево ды
Завтра к	гор.бл юдо	279.	Тефтели "Детские"тушеные в овощном соусе	90	20.1 0	229.59	12.5 1	17.3 1	6.05
		318	Овощи тушеные в молочном соусе	100	9.50	60.60	2.06	1.88	8.83
	напит ок	407	Сок фруктовый	200	23.0 0	86.39	0.20	0.26	22.20
	хлеб	0.09	Хлеб пшеничный	60	2.30	133.20	4.56	0.48	29.52
	фрукт ы	28.0 1	Фрукт порционно/Яблоко	120- 150	4.00	42.70	0.40	0.40	10.00
		<i>итого</i>						19.7 3	20.3 3
Обед	закус ка	10.1 1	Салат из свежих овощей "Ассорти"	60	10.5 1	38.60	0.60	3.10	2.20
	1 блюдо	99.5 4	Суп овощной "Летний" на бульоне	200	27.4 7	124.60	4.98	7.69	9.46
	2 блюдо	436. 98	Картофель, тушеный с мясными изделиями/Жаркое по домашнему	230	44.7 2	304.60	11.7 4	13.6 0	31.79
	гарни р								
	напит ок	349. 10	Компот из смеси сухофруктов С- витаминизированный	200	10.3 5	76.75	0.22	0.00	19.44
	хлеб бел.	5.10	Хлеб ржано-пшеничный	70	2.67	126.70	1.85	0.36	23.90

Приятного аппетита!