

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Таловская СОШ»

Иванкоренко Т.С.



Меню «08» октября 2024г.

Завтрак

| № | Наименование блюд | Выход | Белки г | Жиры общие г | Углеводы г | Калор. ккал | Цена |
|--------|---------------------------|-------|---------|--------------|------------|-------------|-------|
| | | | | | | | |
| 54-3г | Макароны отварные с сыром | 150 | 8 | 7 | 29 | 208 | 18,63 |
| 54-4гн | Чай с лимоном и сахаром | 180 | 1 | 1 | 8 | 46 | 3,08 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2 | 0 | 12 | 59 | 1,53 |
| Пром. | Сок яблочный | 100 | 1 | 0 | 10 | 43 | 13,50 |

Обед

| № | Наименование блюд | Выход | Белки г | Жиры общие г | Углеводы г | Калор. ккал | Цена |
|--------|-------------------------|-------|---------|--------------|------------|-------------|-------|
| | | | | | | | |
| 54-20з | Зеленый горошек | 30 | 1 | 0 | 2 | 11 | 9,69 |
| 54-18с | Свекольник | 200 | 2 | 4 | 1 | 88 | 19,75 |
| 54-10м | Капуста тушеная с мясом | 150 | 17 | 17 | 10 | 255 | 60,39 |
| 54-1хн | Компот из сухофруктов | 200 | 1 | 0 | 20 | 81 | 4,83 |
| Пром. | Хлеб | 40 | 3 | 1 | 16 | 78 | 2,04 |

Полдник

| № | Наименование блюд | Выход | Белки г | Жиры общие г | Углеводы г | Калор. ккал | Цена |
|-------|-------------------|-------|---------|--------------|------------|-------------|-------|
| | | | | | | | |
| 54-2в | Коржик | 40 | 3 | 4 | 21 | 130 | 6,97 |
| Пром. | Молоко | 160 | 5 | 4 | 8 | 85 | 15,40 |

Ужин

| № | Наименование блюд | Выход | Белки г | Жиры общие г | Углеводы г | Калор. ккал | Цена |
|--------|-------------------------|-------|---------|--------------|------------|-------------|-------|
| | | | | | | | |
| 54-7к | Каша пшеничная с изюмом | 150 | 6 | 7 | 31 | 214 | 18,36 |
| 54-2гн | Чай с сахаром | 180 | 0 | 0 | 6 | 26 | 1,73 |
| Пром. | Хлеб | 30 | 2 | 0 | 12 | 59 | 1,53 |







