

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ООШ №1»

Васильева Н.Н. Васильева

МЕНЮ

На 16 ноября 2023

1-4 класс

Наименование блюд	выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Салат из моркови с салатом	60	0,516	2,132	4,45	50
Рыба тушен. с овощами	50/50	2,9	4,4	4,4	94
Макарона отвар. с соусом	150/5	5,1	4,68	28,5	184
Какао с молоком	200	3,48	0,64	26	125
Хлеб ржаной-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Хлеб белковый	30	2,28	0,24	14,46	71
Итого:	365	11,546	12,362	84,41	344

Шеф-повар

Щеголькова

О.Н. Щеголькова

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ООШ №1»

Васильева Н.Н. Васильева

МЕНЮ

На 16 ноября 2023

5-9 класс

Наименование блюд	выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Рыба тушен. с овощами	60/60	10,4	5,2	3,6	113
Макарона отвар. с соусом	180/5	6,12	5,36	34,2	224
Какао с молоком	200	3,48	0,64	26	125
Хлеб ржаной-пшеничный	40	2	0,4	18	88
Хлеб белковый	30	2,28	0,24	14,46	71
Итого:	540	24,88	11,84	98,36	621

Шеф-повар

Щеголькова

О.Н. Щеголькова