

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «ООШ №1»
Н.Н. Васильева

МЕНЮ

На 14 декабря 2023

1-4 кл

Наименование блюд	выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Салат из моркови с сахар	60	0,516	2,132	4,45	60
Рыба тушеная с овощ.	50/50	8,9	4,4	4,4	94
Макаронные изд. отварные	150/5	5,1	4,68	28,5	184
Какао с мороженым	200	3,48	0,64	26	125
Хлеб ржаной-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,46	71
Итого:	565	21,546	12,332	84,410	541

Шеф-повар

О.Н. Щеголькова

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «ООШ №1»
Н.Н. Васильева

МЕНЮ

На 14 декабря 2023

5-9 кл.

Наименование блюд	выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Рыба тушеная с овощами	60/60	10,4	5,2	5,6	113
Макаронные изд. отварные	150/5	5,1	5,36	34,2	224
Какао с мороженым	200	3,48	0,64	26	125
Хлеб ржаной-пшеничный	40	2	0,4	18	88
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,46	71
Итого:	545	24,88	11,84	98,56	641

Шеф-повар

О.Н. Щеголькова

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ООШ №1»
Н.Н. Васильева

МЕНЮ

На 14 декабря

2023

Наименование блюд	выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
каша овсяная молочная с сахаром	250/10	8,7	10	44,7	313
хлеб ржаной-пшени.	20	1	0,2	9	44
Чай с сахаром	200/15	0,53		9,47	40
хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	49
Итого:	525	12,51	10,44	77,93	468

Шеф-повар

О.Н. Щеголькова