

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор школы

Т.Н. Хайдукова

**МЕНЮ на «13» июня 2023г.**

(10 день)



<b>№ п\п</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Выход</b>	<b>Белк и</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Калорий ность</b>
<b>1</b>	<b>Завтрак</b>					
	Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/5	9,47	7,90	39,00	257,90
	Какао с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60
	Фрукты свежие ( яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	Батон высший сорт	50	3,75	1,45	25,70	131,00
	<b>Итого</b>	<b>615</b>	<b>20,11</b>	<b>21,76</b>	<b>99,61</b>	<b>668,50</b>
<b>2</b>	<b>Обед</b>					
	Огурцы свежие	100	0,80	0,10	2,50	14,00
	Рассольник ленинградский с говядиной, со сметаной	250/10/10	5,10	16,90	17,49	229,10
	Бефстроганов из говядины	50/50	14,44	12,25	3,78	181,00
	Спагетти отварные с маслом сливочным	180/5	6,83	4,43	38,37	220,56
	Компот из изюма и яблок	200	0,35	0,08	31,85	130,20
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80
	<b>Итого</b>	<b>975</b>	<b>36,04</b>	<b>34,96</b>	<b>147,66</b>	<b>1034,66</b>
<b>3</b>	<b>Полдник</b>					
	Молоко кипяченное	200	5,80	5,00	9,60	107,0
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>9,60</b>	<b>107,0</b>