

**«Тугаловская основная общеобразовательная школа»-
филиал Муниципального автономного общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа п. Демьянка»
Уватского муниципального района**

Утверждаю:
Заведующий филиала

 Е.В. Смолякова

Дата: 05.04.2024 г.

МЕНЮ

10 день	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Стоимость
Завтрак						
Каша геркулес жидкая	200	5,9	13,5	28,8	196	15,98
Бутерброд маслом	30/10	2.3	7.4	14.5	133.8	11,18
Апельсин	150	0.5	0.1	26.2	108	24,00
Чай с лимоном	200	0.1	0.0	15.5	62	3,03
						54,19
Обед						
Салат из моркови с сыром	100	5,2	9,7	8,6	142,5	16,94
Уха рыбацкая	250/80	12,2	6,5	20,5	189	61,26
Биточки рубленые из птицы	100	12.4	12.5	12.4	212	46,50
Макароны отварные с овощами	200	3,7	3,7	32,8	179	14,16
Сок ассортимент	200	0.3	0,0	22,4	91	16,10
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	5,65
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,85
						162,46

 Медицинский работник

 Повар