

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

Утверждаю:  
Заведующий филиала

 Е.В. Смолякова

Дата: 22.04.2024 г.

## МЕНЮ

1 день	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Стоимость
<i>Завтрак</i>						
Каша манная жидкая	200	6.1	6.7	21.2	169	22,96
Бутерброд маслом	30/10	2.3	7.4	14.5	133.8	11,18
Чай с сахаром	200	0.2	0.0	15.0	60.8	2,82
Яблоко	150	0.5	0.1	26.2	108	25,50
Хлеб пшеничный	40	0.8	0.4	17.6	77	3,43
						65,89
<i>Обед</i>						
Салат из огурцов с маслом	100	1,0	5,1	3,2	63	24,40
Рассольник «Домашний» мяс. смет	250/10/5	4.5	4.4	17.1	126	26,83
Филе птицы запеченное яйцом	100	19,2	16,1	4,4	239	54,09
Каша гречневая вязкая	180	4,9	6,1	35,2	215	8,87
Компот из изюма	200	0.3	0.0	23,2	94	8,01
Хлеб пшеничный	40	0.8	0.4	17.6	77	3,43
Хлеб ржаной	70	1,6	0,9	26,4	120	5,49
						131,13

131,13

 Медицинский работник

 Повар