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

Утверждаю:
Заведующий филиала

_____ Е.В. Ченькова

Дата: 26.09.2023

МЕНЮ

3 день	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Стоимость
Завтрак						
Каша рисовая жидкая	200	5.1	6.2	21.8	163	17,48
Бутерброд сыром маслом	20/5/15	6.1	7.8	7.9	126.2	15,97
Чай с молоком	200	2.8	2.5	15.1	94	10,68
Яблоко	150	0.5	0.1	26.2	108	21,48
Хлеб пшеничный	40	0.8	0.4	17.6	77	2,55
						68,16
Обед						
Салат карт-ый ,огурцами, зеленым горошком	100	1,8	5,1	8,9	89	13.44
Щи из св. капусты с мясом сметаной	250/10/5	4.8	6.2	7.8	106	19,58
Бефстроганов из отварной говядины	100	16.9	14.9	5.9	225.3	69,70
Макаронные изделия отварные	180	4,1	3,8	44,0	227	9.25
Сок «Груша-яблоко»	200	0.3	0.0	22.4	91	19.75
Хлеб пшеничный	40	0.8	0.4	17.6	77	2,55
Хлеб ржаной	70	1,6	0,9	26,4	120	5.47

139.75

_____ Медицинский работник

_____ Повар