



Согласовано  
Директор школы №



## МЕНЮ НА 8.6.2023г.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углевод-ды, г	Энергетическая ценность, ккал	Себестоимость, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
<b>Завтрак</b>									
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	6,38	2,36	7,41	2,23	29,16	205,61	9,72
726/1	Блины с маслом (1/55)	55	3,66	0,04	4,51	1,50	24,31	151,81	13,25
1/12	Молоко сгущенное	20	1,44	1,44	1,70	0,00	11,10	63,48	4,45
2	Хлеб пшеничный	25	1,65	0,00	0,16	0,16	11,73	55,98	1,10
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	0,69
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>13,23</b>	<b>3,84</b>	<b>13,81</b>	<b>3,92</b>	<b>82,24</b>	<b>499,97</b>	<b>29,21</b>
<b>Завтрак - 2 (витаминный стол)</b>									
12/2	Апельсины	160	1,44	0,00	0,32	0,32	16,48	71,17	21,60
<b>Итого за 'Завтрак - 2 (витаминный стол)'</b>			<b>1,44</b>	<b>0,00</b>	<b>0,32</b>	<b>0,32</b>	<b>16,48</b>	<b>71,17</b>	<b>21,60</b>
<b>Обед</b>									
3	Салат из свежих огурцов с луком репчатым	80	0,73	0,00	4,01	4,01	3,98	52,45	8,30
4/2	Свекольник со сметаной	250	2,18	0,00	5,47	5,27	17,26	121,45	10,72
487/1	Курица, запеченная	100	20,00	19,66	18,40	1,50	1,41	251,36	31,67
3/3	Картофельное пюре	100	2,07	0,36	2,44	0,34	14,72	88,39	9,21
11/3	Капуста тушеная	80	1,86	0,00	1,52	1,73	9,26	53,93	7,30
2	Хлеб пшеничный	22,5	1,49	0,00	0,15	0,15	10,55	50,38	0,99
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	0,92
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200	1,02	0,00	0,06	0,06	18,29	69,02	2,90
16	Печенье	40	9,60	0,00	0,60	0,00	18,52	119,38	5,36
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>40,28</b>	<b>20,02</b>	<b>32,89</b>	<b>13,30</b>	<b>102,32</b>	<b>845,03</b>	<b>77,37</b>
<b>Итого за день</b>			<b>54,95</b>	<b>23,86</b>	<b>47,01</b>	<b>17,54</b>	<b>201,03</b>	<b>1416,16</b>	<b>128,18</b>