

Утверждаю

Директор МБОУ Колодинская ОШ

Богоявленская А.А.



МЕНЮ на 17.10 2023г.

Для обучающихся 12 – 18 лет

ЗАВТРАК

| № Рецентыры | Наименование блюда      | Выход | Цена, руб. | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-------------|-------------------------|-------|------------|--------------|-------|------|----------|
| №162        | Каша, гречка ° мелочная | 205   | 20.15      | 206          | 8     | 8    | 0        |
| №143        | Каша из шпорошени       | 260   | 11.10      | 265          | 4     | 2    | 34       |
| №13         | Творожок с сахаром      | 51    | 23.25      | 131          | 5     | 9    | 11       |
| №14         | Яблоко                  | 128   | 20.50      | 51           | 0     | 0    | 10       |
| Итого       |                         | 604   | 75.00      | 613          | 17    | 24   | 66       |

ОБЕД

| № Рецентыры | Наименование блюда                   | Выход | Цена, руб. | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-------------|--------------------------------------|-------|------------|--------------|-------|------|----------|
|             | Суп картофельный с зелеными горошком | 256   | 20.50      | 195          | 3     | 3    | 11       |
|             | Жаркое из картофеля                  | 210   | 50.10      | 380          | 20    | 22   | 11       |
|             | Каша с сахаром                       | 115   | 1.55       | 61           | 0     | -    | 15       |
|             | Рис с овощами                        | 48    | 2.85       | 100          | 4     | 1    | 10       |
| Итого       |                                      | 769   | 75.00      | 736          | 27    | 26   | 68       |

Завхоз

Куликова Н. К.

Повар

*Л.П. Шандалова*

Шандалова Л.П.