

Утверждаю:

Директор
МБОУ «Тигильская СОШ»
Сыздыкова З.А.



МЕНЮ
17 сентября 2024 г.

7-11 лет

№ рецептуры	Блюда	Вес блюда, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
184	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	155	12,00	19,00	4,00	246
380	ЧАЙ	200	0,00	0,00	15,00	60
11	БУТЕРБРОД	60	6,00	13,00	19,00	223
Б/Н	ФРУКТЫ	100	6,00	0,00	8,00	58
	Итого	525	17	22	62	544,4
Обед						
10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	60	2	3	4	49
101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	6	6	17	138
238	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	90	13	4	0	87
101	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	5	21	145
438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0	24	95
Б/Н	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4	0	28	130
	Итого	755	29	18	94	644

Медицинская сестра  /Таштамышева В.В.