****

шк. №30

утверждаю Директор
Ларионова Е.А.

МЕНЮ

27 марта 2023 год

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Кал-ть	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак						
1	Каша пш.молочная	200/5	217,8	6,98	5,78	34,50
2	Сыр порционно	10	36,5	2,32	2,95	0,00
3	Чай с сахаром	200	39,82	0,20	0,00	10,20
4	Хлеб ржаной пш.	20/20	69,6	2,64	0,48	13,36
5	Масло сл.порц.	10	74,8	0,05	8,25	0,08
6	Груша св.	216,67	47	0,80	0,40	8,10
7	Батон	30	78,6	2,25	0,87	15,42
8	Зол.степ	50				
9	Об.чудо	55				
	11 часов	200				
	Сок пакет.	200				
	ОБЕД					
1	Овощи нат.помидоры	60	11,94	0,36	0,12	2,52
2	Щи из св.капусты	250/15	97,44	2,52	4,74	10,83
3	Макароны отв.	180	240,17	6,44	4,36	1,33
4	Гуляш из мяса	100	388,89	9,99	36,60	4,94
5	Компот из кураги	200	71,94	0,16	0,04	18,66
6	Щи из св.капусты	250/15	75,75	1,75	4,98	7,77
7	Хлеб ржаной	40	69,6	2,64	0,48	13,36
8	Хлеб пш.	40	117,5	3,80	0,40	24,60
9	Боярушка	38				
10	Лёвушка	19				

Зав.производством Клевакина Н.В.