

Директор

МБОУ «Жуковская СОШ»

Киселева В.А./

« 13 » января 2023 г.

Завтрак 1-4 кл.

Меню на 13.01.2023г.

МБОУ «Жуковская средняя общеобразовательная школа»

Пятница- 1 неделя

Наименование блюда	Выход, г.	Пищевые вещества			к/кал
	1-4 кл.	Белки	Жиры	Углеводы	
Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,87	6,97	22,15	178,5
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Фрукты (банан)	150	2,3	0	33,6	143,4
Бутерброд с сыром	60	6,92	4,8	0	155
Хлеб ржаной	25	1,3	0,25	8,5	42,5
Всего за завтрак	685	17,59	12,02	70,65	546,2

Обед 1-11 классы

Наименование блюда	Выход, г.	Пищевые вещества			к/кал.	Выход, г.	Пищевые вещества			к/кал.
	1-4 кл.	Белки	Жиры	Углеводы		5-11 кл.	Белки	Жиры	Углевод	
Салат из капусты с яблоком	80	1,1	8,1	4,8	96,7	100	1,4	10,2	6	120,9
Рассольник домашний	150	3,1	6	19,7	145,8	250	5,75	7,12	14,5	145,12
Картофельное пюре	150	3,1	6	19,7	145,8	200	4,13	6,6	21,88	162
Тефтели из говядины с рисом	90	13,05	13,2	7,35	199,6	100	14,5	14,66	8,16	221,77
Соус белый основной	20	0,54	0,84	0,86	13,26	20	0,54	0,84	0,86	13,26
Компот из смородины	200	0,3	0,1	8,4	35,4	200	0,3	0,1	8,4	35,4
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,54	29,8	135,8	60	4,5	0,54	29,8	135,8
Хлеб ржаной	30	1,65	0,3	10,2	51	30	1,65	0,3	10,2	51
Всего за обед	780	27,34	35,08	100,81	823,36	960	32,77	40,36	99,8	885,25
Всего за завтрак и обед	1465	44,93	47,1	171,46	1369,56					

Ответственный за организацию горячего питания: Склар /Снадина Н.А.

Повар: Кар /Чашкина Т.А./