

"Утверждаю"

Директор

МБОУ «Жуковская СОШ»

Игорь /Снадина Н.А./

« 22 » марта 2024 г.

Меню на 28.03.2024г.

МБОУ «Жуковская средняя общеобразовательная школа»

Четверг 2 неделя

Завтрак 1-4 кл.

Наименование блюда	Выход, г.	Пищевые вещества			к/кал
	1-4 кл.	Белки	Жиры	Углеводы	
Омлет натуральный	150	12,7	19,2	3,2	237
Горошек зеленый	20	0,6	0	1,2	7,4
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Фрукты (яблоко)	150	2,3	0	33,6	143,4
Хлеб пшеничный Батон	45	3,42	0,4	22,4	101,8
Хлеб Дарницкий	25	1,3	0,25	8,5	42,5
Всего за завтрак	590	20,52	19,95	75,5	560

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	
Салат "Мозаика"	100	2,87	7,37	10,15	118,9	100	2,87	7,37	10,15	118,9
Щи из свежей капусты	200	4,62	6,06	5,7	96,06	250	5,77	6,06	7,5	120
Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	201,9	180	6,36	5,88	39,36	242,28
Тефтели из говядины с рисом	90	13,05	13,2	7,35	199,6	100	14,5	14,66	8,16	221,77
Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	26,1	20	0,7	1,5	1,9	26,1
Кисель из облепихи	200	0,3	1,1	11,9	59,8	200	0,3	1,1	11,9	59,8
Хлеб пшеничный Батон	60	4,5	0,54	29,8	135,8	60	4,5	0,54	29,8	135,8
Хлеб Дарницкий	30	1,65	0,3	10,2	51	30	1,65	0,3	10,2	51
Всего за обед	850	32,99	34,97	109,8	889,16	940	36,65	37,41	118,97	975,65
Всего за завтрак и обед	1440	53,51	54,92	185,3	1449,16					

Ответственный за организацию горячего питания: *Велер* /Великанова Н.А./

Повар: *Ташкина* /Чашкина Т.А./