



Утверждаю
Директор МКОУ Шугурской СОШ
Э.М.Нохова

Меню на 22.02.2024 г (4 день)

Наименование блюд	3-7 л выход	пищевые вещества			эн/ц
		Б	Ж	У	
Завтрак					
каша молочная дружба	180	5,94	7,47	32,31	216,99
чай с молоком	180	0,5	1,2	14,3	80,4
булочка хлебная	30	2,28	0,24	14,52	70,5
масло сливочное	5	0	4,1	0	37,4
Завтрак 2					
фрукт (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44
Обед					
винегрет овощной	60	0,72	7	5,04	77,52
рассольник Ленинградский со сметаной	185	4,14	6,57	11,97	124,38
гуляш из говядины	80	13,73	14,66	2,8	198
картофель отварной	130	2,47	6,37	16,51	132,6
Компот из кураги	180	0,27	0	15,75	64,8
булочка хлебная	50	3,8	0,4	24,3	116,5
Полдник					
булочка домашняя	70	5,25	9,1	42,23	271,83
молоко кипяченое	180	5	5,7	8,4	105,6
Ужин					
биточки манные	150	6,1	6,3	33,6	215,25
сгущенное молоко	20	1,44	1,7	11,2	64
чай с сахаром с лимоном	187	0,1	0	13,7	54,9
Итого за день		52,14	61,21	256,43	1840
стоимость детодня : 153руб					

шеф-повар

/Сафарова А.М./