

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ №6 г. Холмска
 Фахрутдинова Р. М.



Ежедневное меню
 (восьмой день)

на 10 июня 2022

Наименование блюд	Выход Блюд	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценность Ккал.
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
Макароны с сыром	150/20	31,12	6	6,8	29,2	202
Масло сливочное	1/10	7,0	0,1	7,2	0,13	65,72
Чай с сахаром	1/200	1,95	0,3	0	20	62
Хлеб пшеничный	1/40	2,91	4,86	0,72	35,2	129,93
Яйцо отварное	1/40	9,0	5,1	4,6	0,3	63
Банан	1/300	67,5	3,5	1,2	49,4	225,6
ИТОГО:		119,48	19,86	20,52	134,23	748,25
ОБЕД						
Салат из свежих помидоров с луком репчатым	1/50	14,67	6,18	4,62	78,56	1,11
Борщ со сметаной	250/10	20,74	1,5	4	12	110
Гуляш из говядины в томатном соусе	75/50	124,39	23,4	18,51	8,6	307,14
Капуста тушеная	1/150	59,5	4	4	31	156
Компот из сухофруктов	1/200	6	0,8	0	51,6	132,8
Хлеб пшеничный	1/40	2,91	3,24	0,48	26,8	86,62
Хлеб ржаной	1/20	1,45	2,24	0,44	27,32	84,28
ИТОГО:		229,66	41,36	32,05	235,88	877,95
ПОЛДНИК						
Батончик с изюмом	1/75	30,0				
Сок	1/200	20,0				
Мандарин	1/200	57				
ИТОГО:		107				
ВСЕГО В ДЕНЬ		456,14	61,22	52,57	370,11	1626,2