

МЕНЮ

На « 4 » июня 2025г

Директор МКОУ «Новоюгинская СОШ»



Гуркина Л.А.

Наименование блюда	Выход гр.	Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
Каша пшеничная	200	5,0	8,9	36,1	244,5
Бутерброд с джемом	25/30	2,6	4,6	29,3	169
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,25	12,08	58
Йогурт	115	5,0	3,2	8,5	87
Итого		14,78	16,95	92,38	584,9
Обед					
Салат из свежих помидор с луком	60	0,68	3,71	2,83	47,46
Рассольник петербургский	250	2,1	5,11	16,59	120,75
Курица отварная с соусом	80/30	16,88	10,88	0	165
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,5	42,8	262,2
Сок фруктовый	200	0,08	0	26,3	105
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,25	12,08	58
Итого		29,92	26,45	100,6	758,41

Ответственный за составление меню _____

Иванова С.В.