

МЕНЮ

На « 30 » мая 2025г

Директор МКОУ «Новоюгинская СОШ»



Гурдина Л.А.

Наименование блюда	Выход гр.	Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.	Энергетическая ценность к.кал.
Завтрак					
Каша манная	200	6,24	6,10	19,7	158,64
Чай с сахаром	200/10	0,13	0,02	15,2	58
Печенье	50	4,0	11,5	33,0	240
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,25	12,08	58
Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,80	47
Итого		12,75	18,27	89,78	561,64
Обед					
Салат из огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38
Суп с рыбными консервами(горбуша)	250	10,8	4,4	24,1	179,0
Котлеты мясные	80	12,44	9,24	12,56	183
Рис отварной	150	3,6	5,2	38,1	213,2
Сок фруктовый	200	0,08	0	26,3	105
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,25	12,08	58
Итого		29,36	22,74	114,57	778,58

Ответственный за составление меню

Иванова С.В.