



Т.Н. Хайдукова

**МЕНЮ на «20» ноября 2024г.**

**Среда (2 неделя)**

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калорий ность
		1-4кл					
1	Салат из свеклы отварной	60	66-76	0,84	3,61	4,96	55,68
	Рыба, тушенная в томате с овощами	50/50		9,05	6,09	3,80	105,00
	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3		3,08	6,25	20,47	150,45
	Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	17,90	74,60
	Хлеб пшеничный	35		2,66	0,28	17,22	82,25
	<b>Итого</b>	<b>548</b>		<b>15,79</b>	<b>16,39</b>	<b>64,34</b>	<b>467,98</b>
		<b>Выход</b>					
		<b>5-11кл</b>					
2	Рыба, тушенная в томате с овощами	50/50	57-56	9,05	6,09	3,80	105,00
	Пюре картофельное	180		3,68	5,76	24,53	164,70
	Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	17,90	74,60
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	<b>Итого</b>	<b>550</b>		<b>17,81</b>	<b>18,49</b>	<b>76,83</b>	<b>564,50</b>
		<b>Выход</b>	<b>9-20</b>				
3	Пряники	35		2,07	1,65	26,30	128,10
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
	<b>Итого</b>	<b>235</b>		<b>2,14</b>	<b>1,67</b>	<b>36,31</b>	<b>168,10</b>