



Директор  
10 января 2025г.

В.А.Степанова

МЕНЮ  
МОАУ "Покровская СОШ"

№ день	Завтрак	Пшеница	Калории	Белки	Жиры	Углеводы	Калл
54-10г	Картофель отварной в молоке	13,39	150	4,50	5,50	26,50	137,70
54-14р	Котлета рыбная любительская(минтай)	34,63	90	11,50	3,70	5,50	101,00
54-5соус	Соус молочный натуральный	4	30	1,1	2,2	2,9	35,7
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	10	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Хлеб пшеничный	1,43	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	1,18	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	итого за завтрак	69,21	510	23,80	14,70	62,60	477,50
	<b>Обед</b>						
54-9з	Салат из белокачанной капусты с морковью и яблоком		60	0,8	6,1	3,6	72,5
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной		200	4,70	5,60	5,70	92,20
54-1г	Макароны отварные		150	5,3	4,9	32,8	196,8
54-16м	Тефтели из говядины с рисом		90	13	13,2	7,3	199,7
54-32хн	Компот из свежих яблок		200	0,2	0,1	9,9	41,6
Пром.	Хлеб пшеничный		30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной		30	2	0,4	10	51,2
	итого за обед		760	28,3	30,5	84,1	724,3
	<b>полдник</b>						
	итого за полдник			0	0	0	0
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		1270	52,10	45,20	146,70	1201,80

Повар

Н.А.Жаворонкова



