



Утверждаю

Директор

Чикова Е.Н.

МЕНЮ ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ на 18.01.2024г.

№ блюд по сборнику 2022 г под ред. В.А.Тутельяна и Д.Б.Никитюка	Наименование блюда	масса порции в граммах	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет		Белки	Жиры	Углеводы	
ТТК№4	Тефтеля по домашнему	100	42,10	2,97	7,62	6,03	290,00
ТК№8	Гречка отварная рассыпчатая	180	22,00	8,20	6,90	35,90	238,90
ТК№20	соус основной красный	60	19,60	3,30	2,70	8,90	73,10
Качест удост	хлеб ржаной	60	7,00	3,68	1,28	25,12	128,52
ТК№17	Чай-каркаде с сахаром	200/15	4,30	0,10	0,00	6,80	28,80
Итого БЖУ:				18,25	18,50	82,75	
Итого:			95,00				759,32

№ блюд по сборнику 2022 г под ред. В.А.Тутельяна и Д.Б.Никитюка	Наименование блюда	масса порции в граммах	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		12 лет и старше		Белки	Жиры	Углеводы	
ТТК№4	Тефтеля по домашнему	100	42,10	2,97	7,62	6,03	290,00
ТК№8	Гречка отварная рассыпчатая	180	22,00	8,20	6,90	35,90	238,90
ТК№20	соус основной красный	60	19,60	3,30	2,70	8,90	73,10
Качест удост	хлеб ржаной	60	7,00	3,68	1,28	25,12	128,52
ТК№17	Чай-каркаде с сахаром	200/15	4,30	0,10	0,00	6,80	28,80
Итого БЖУ:				18,25	18,50	82,75	
Итого:			95,00				759,32