Директор МБОУ Северотатарская СОШ

Томилова Н.А _____

МЕНЮ

на 22 октября 2026 г.

Прием пищи,наименование блюда	масса порции г.	Пищевые вещества г.			Энергетическая ценность, ккал.	сумма
		белки	жиры	углеводы		
Горячий завтрак 1-4 класс						
Макароны отварные	200	7,10	6,60	43,70	262,40	13,50
Рыба тушеная в томате с овощами	80	11,10	5,90	5,00	117,70	56,49
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	3,54
Чай с малиной и сахаром	200	0,30	0,10	3,70	16,80	13,30
Итого	**530**	**22,30**	**13,00**	**77,00**	**514,10**	**86,83**
Горячий завтрак 5-11 класс						
Макароны отварные	200	7,10	6,60	43,70	262,40	13,50
Рыба тушеная в томате с овощами	100	13,90	7,40	6,30	147,10	60,36
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	3,54
Чай с малиной и сахаром	200	0,30	0,10	3,70	16,80	13,30
Итого	**550**	**25,10**	**14,50**	**78,30**	**543,50**	**90,70**

Завхоз: _____ **Щербатова Г.А**