Утверждаю

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В. Д.Ремпель

**МЕНЮ**

**В школьной столовой Тумановской ООШ**

**С 20 – 24 января 2025 года**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Понедельник 20** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | **Калорийность блюда** |
| Овощная нарезка (огурец) | 70 | 10,5 |
| Тефтели мясные, соус сметанный | 90/30 | 223 |
| Гречневый гарнир | 150 | 230,45 |
| хлеб | 80 | 188 |
| чай с сахаром | 200 | 28 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вторник 21**  | **Наименование блюда** | **Масса порции** | **Калорийность блюда** |
| Бутерброд с маслом и сыром | 50 | 394,35 |
| суп лапша молочная | 250 | 184,5 |
| хлеб | 80 | 188 |
| компот из свежих фруктов | 200 | 110 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Среда 22**  | **Наименование блюда** | **Масса порции** | **Калорийность блюда** |
| Сыр порционно | 20 | 72 |
| Биточек | 90 | 183 |
| Тушеная капуста | 150 | 213,53 |
| хлеб | 80 | 188 |
| чай с сахаром | 200 | 28 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Четверг 23** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | **Калорийность блюда** |
| Овощная нарезка из отварной свеклы | 70 | 30,08 |
| суп рисовый с говядиной | 250 | 113 |
| хлеб | 80 | 188 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 98,36 |
| Бананы свежие | 100 | 95 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Пятница 24** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | **Калорийность блюда** |
| яблоко свежее | яблоко свежее | 44 |
| котлета, сметанный соус | котлета, сметанный соус | 183 |
| макароны отварные | макароны отварные | 168,45 |
| хлеб | хлеб | 188 |
| чай с сахаром | чай с сахаром | 28 |