

«Утверждаю»

Директор МБОУ СОШ с. Торгалыг

Санчы Э.Т.



## МЕНЮ

на 11.10.2023г.

Возрастная категория: 7-17 лет.

№	Название блюд	Масса (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Ккал
1	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
3	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	6,3	36	233,7
4	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,7	4,4	126,4
5	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
6	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6