

«Утверждаю»

Директор МБОУ СОШ с.Торгалыг

Санчы Э.Т.



МЕНЮ

на 18.10.2023г.

Возрастная категория: 7-17 лет.

№	Название блюд	Масса (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Ккал
1	щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
2	курица тушеная с морковью	100	14,1	5,7	4,4	126,4
3	каша пшенная рассыпчатая	150	4,4	5,3	30,5	187,1
4	компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
5	хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
6	сыр твердых сортов в нарезке	15,6	3,5	4,4	0	53,8
7	соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8