Утверждаю

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В. М. Гончарова

**МЕНЮ**

**В школьной столовой Тумановской ООШ**

**С 24 октября по 28 октября 2022года**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Понедельник 24** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | **Калорийность блюда** |
| Бутерброд с маслом и сыром | 50 | 394,35 |
| Рассольник"Питербургский" | 250 | 120,75 |
| хлеб | 80 | 188 |
| чай с сахаром | 200 | 28 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вторник 25** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | **Калорийность блюда** |
| Овощная нарезка (огурец) | 70 | 10,5 |
| Рыба препушенная | 90 | 74 |
| Картофельное пюре | 150 | 137,25 |
| хлеб | 80 | 188 |
| Кисель | 200 | 120,4 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Среда 26** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | **Калорийность блюда** |
| Сыр порционно | 20 | 72 |
| Каша молочная манная | 250 | 197 |
| хлеб | 80 | 188 |
| компот из свежих фруктов | 200 | 110 |
| Сыр порционно | 20 | 72 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Четверг 27** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | **Калорийность блюда** |
| Овощная нарезка (помидор) | 70 | 13,3 |
| Плов | 200 | 285,79 |
| хлеб | 80 | 188 |
| чай с сахаром | 200 | 28 |
| Овощная нарезка (помидор) | 70 | 13,3 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Пятница 28** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | **Калорийность блюда** |
| Тефтели мясные, соус сметанный | 90\30 | 223 |
| Гречневый гарнир | 150 | 115 |
| хлеб | 80 | 188 |
| чай с сахаром | 200 | 28 |
| Бананы свежие | 100 | 95 |