



Утверждаю:
 Директор МАОУ "СПШ № 4"
 Е.А.Власова
 06 "января" 2024 г.

МЕНЮ

24.01.2024

Наименование Блюда

Завтрак

Наименование Блюда	Выход порции	Эн. Ценность (ккал)
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	12,8
Рыба (минтай) тушеная в томате с	90	156,1
Картофель запеченый из отварного	150	181,22
Вафли	30	118,26
Чай с сахаром	200	42,3
Хлеб пшеничный йодированный	30	70,1
Итого	560	580,8

Суп крестьянский с крупой	200	115,6
Напиток из шиповника	200	65,3
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	68,97
Итого	430	249,85
Всего	990	830,69

Завтрак

Наименование Блюда	Выход порции	Эн. Ценность (ккал)
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	12,8
Рыба (минтай) тушеная в томате с	90	156,1
Картофель запеченый из отварного	150	181,22
Вафли	30	118,26
Чай с сахаром	200	42,3
Хлеб пшеничный йодированный	30	70,1
Итого	560	580,8

Ответственный повар:

Суп крестьянский с крупой	200	115,6
Напиток из шиповника	200	65,3
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	68,97
Итого	430	249,85
Всего	990	830,69