

Утверждаю

Директор школы

Каракотова З.И.



Меню горячего обеда

МКОУ СОШ № 11 им.Н.Ш.Семенова с.Учкёкен»

(Среда, день третий)

ТК №	Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
37	Борщ со сметаной	10-250	2,1	6,5	11,1	111,2
3	Салат морковный	60	0,4	0,1	5,1	49,0
172	Рыба, тушеная с овощами	140	9,4	2,0	6,3	160,3
241	Картофельное пюре	150	3,2	6,1	23,3	160,5
277	Кисель из сухофруктов	200	0,3	0,0	30,8	124,2
115	Хлеб пшенично-ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52,2
114	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,9	47,0
ИТОГО		600	18,9	15,2	96,5	704,3