

# Меню МБОУ Пышкетская СОШ

на 26.04.2023 г.

| Раздел          | № рец.       | Блюдо                          | Выход,<br>г | Цена         | Калорий<br>ность | Белки | Жиры  | Углевод<br>ы |
|-----------------|--------------|--------------------------------|-------------|--------------|------------------|-------|-------|--------------|
|                 |              | <b>ЗАВТРАК</b>                 |             |              |                  |       |       |              |
| гор.блю<br>до   | 112/200<br>8 | омлет натуральный              | 200/15      | 7-92         | 395,80           | 20,00 | 33,40 | 3,80         |
| гор.блю<br>до   | 2,2013       | бутерброд с джемом             | 55          | 2-00         | 155,57           | 2,49  | 3,93  | 27,56        |
| гор.напи<br>ток | 261/201<br>3 | чай с сахаром                  | 200         | 6-00         | 56,80            | 0,20  | 0,00  | 14,00        |
| хлеб            |              | хлеб пшеничный                 | 40          |              | 94,40            | 3,08  | 0,32  | 19,80        |
|                 |              |                                |             | <b>15-92</b> |                  |       |       |              |
|                 |              | <b>ОБЕД</b>                    |             |              |                  |       |       |              |
| закуска         | 14/2008      | салат из свежих овощей         | 60          | 11-40        | 18,40            | 0,88  | 0,16  | 3,04         |
| 1 блюдо         | 47/2008      | суп картофельный с<br>бобовыми | 200         | 3-94         | 73,74            | 1,78  | 2,38  | 11,30        |
| 2 блюдо         | 97/2008      | макаронные изделия<br>отварные | 180         | 9-86         | 163,5            | 3,2   | 6,8   | 21,9         |
| гарнир          | 63/2008      | гуляш                          | 80          | 33,36        | 392,72           | 17,05 | 26,78 | 4,66         |
| сладкое         | 154/200<br>8 | компот из изюма                | 200         | 5-50         | 128,00           | 0,60  | 0,00  | 31,40        |
| хлеб            |              | хлеб пшеничный                 | 20          | 0-98         | 47,2             | 1,54  | 0,16  | 9,9          |
|                 |              | хлеб ржано-пшеничный           | 40          | 1-96         | 84,76            | 2,64  | 0,44  | 17,56        |
|                 |              |                                |             | <b>67-06</b> |                  |       |       |              |
|                 |              |                                |             |              |                  |       |       |              |