

Меню **МБОУ Пышкетская СОШ**

на 28 марта 2023 г.

Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углевод ы
		ЗАВТРАК						
гор.блю до	125/2008	Каша манная молочная жидкая	200/10	8-42	214,80	5,8	6,4	29,0
гор.блю до	1,2013	Бутерброд с маслом сливочным	40	2-00	136,23	2,45	7,55	14,62
гор.напи ток	153/2008	компот из сухофруктов	200	5-50	128,00	0,60	0,00	31,40
		Хлеб пшеничный	40		94,40	3,08	0,32	19,80
				15-92				
		ОБЕД						
закуска	3а*/2008	Огурцы свежие порционно	60	11-40	8,40	0,72	0,01	2,04
1 блюдо	41/2008	Щи из свежей капусты с картофелем	200	6-41	69,36	2,00	4,30	10,00
2 блюдо	103/2013	Каша гречневая рассыпчатая	150	6-64	270,90	8,85	5,1	47,4
гарнир	81/2008	Фрикадельки "Петушок" с маслом	90	37-60	301,19	12,88	23,69	8,65
сладкое	146/2008	Чай с лимоном	200	2-50	62,00	0,3	0,0	15,2
хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	30	1-47	63,57	1,98	0,33	13,17
		Хлеб пшеничный	20	0-98	47,20	1,54	0,16	9,9
				67-00				