



МЕНЮ

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №69»

Лаврентьева А.А.

Дата «19» Октября

2022 г.

ТТК	БЛЮДО	Выход г/п.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	Углеводы	КККАл	Итого ккал
	Бесплатное питание/завтрак/						
268	Десерт в фруктовом соусе	100	0,45	0,25	32,74	126,97	16,87
119	Каша Дружба	150	5,35	6,62	33,21	212,45	19,88
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	4,74
738	Пирожки печеные с мясом	62,11	7,44	2,84	19,17	131,54	25,51
							67-00
	Бесплатное питание/обед/						
1	Салат из свежих огурцов	68,59	0,43	5,36	2,44	58,40	12,99
39	Борщ из св. капусты с картофелем	200	1,34	3,04	10,75	72,48	10,07
81	Фрикадельки «Петушок»	90	16,45	4,69	8,41	141,51	45,81
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	11,44
246	Батон пшенично-ржаной	70	6,90	3,53	51,07	258,61	4,48
705	Напиток из шиповника	200	0,64	0,28	31,18	118,98	12,21
							97,00
	Обеды с 5 по 11 классы						
1	Салат из свежих огурцов	73	0,43	5,36	2,44	58,40	13,46
39	Борщ из св. капусты с картофелем	200	1,34	3,04	10,75	72,48	10,07
81	Фрикадельки «Петушок»	90	16,45	4,69	8,41	141,51	45,81
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	11,44
246	Батон пшенично-ржаной	70	6,90	3,53	51,07	258,61	4,48
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	4,74
							90-00

Ответств. за питание

Зав. Производством

