Утверждаю
Директор
МБОУ "Потьмская СОШ №3"
Потьмсаева Т.П.

МЕНЮ

на "18" 01 2024 г.

Наименование блюда	Калорий-ность	Выход блюда	
2 неделя, 4 день-четверг			
Завтрак (1-4кл)			
Котлета рыбная «Диетическая»	111,2	100	
Соус томатный	22,4	30	
Макароны отварные	220,5	150	
Чай с сахаром	58	200/15	
Сок натуральный (коробочка)	100	0,2л	
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	80,4	40	
Обед			
Борщ из св.капусты с картофелем	144,53	250/12,5/10	
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	80,4	40	
5-11кл			
Котлета рыбная «Диетическая»	111,2	100	
Соус томатный	22,4	30	
Макароны отварные	264,6	180	
Чай с сахаром	58	200/15	
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	80,4	40	
Завтрак (дети с ОВЗ 1-4кл)			
Каша пшеничная молочная	244	205	
Чай с сахаром	58	200/15	
Бутерброд с маслом	170	40/10	
(обед дети с ОВЗ 1-4кл)			
Борщ из св.капусты с картофелем б/м	144,53	250/10	
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	80,4	40	
Котлета рыбная «Диетическая»	100,08	90	
Соус томатный	22,4	30	
Макароны отварные	220,5	150	
Чай с сахаром	58	200/15	
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	80,4	40	
Завтрак (дети с ОВЗ 5-11кл)			
Каша пшеничная молочная	244	205	
Чай с сахаром	58	200/15	
Батон	79,8	40	
(обед дети с ОВЗ 5-11кл)			
Борщ из св.капусты с картофелем б/м	144,53	250/10	
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	80,4	40	
Котлета рыбная «Диетическая»	111,2	100	
Соус томатный	37,3	50	
Макароны отварные	264,6	180	
Овощи консервированные	7,8	10	
Чай с сахаром	58	200/15	
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	80,4	40	