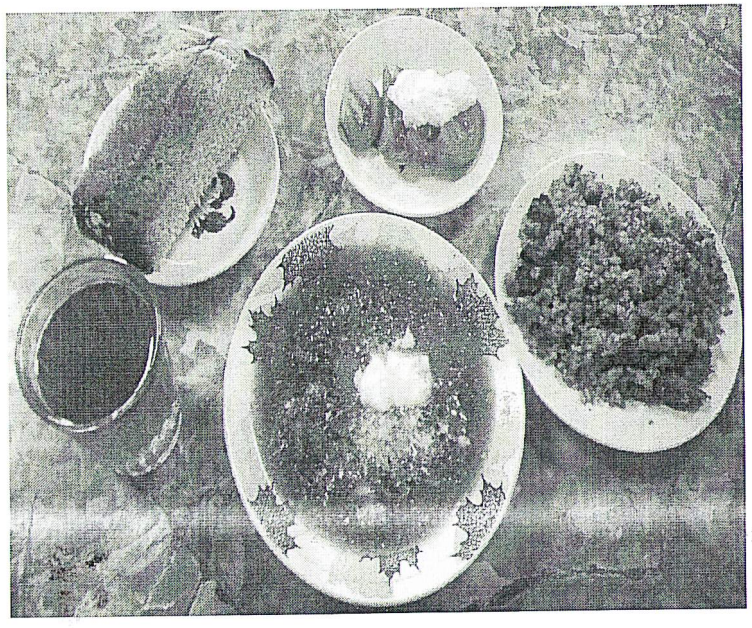
«Утвержден»

Директор МБОУ Моген-Буренская СОШ с:Кызыл-Хая

_____/О.С.Комбу/



МЕНЮ на 09.04.2021 год

1.Помидоры порционные 50 гр

2.Борщ из свежей капусты с картофелем 250 гр

3.Гуляш из говядины 100 гр

4.Гречка рассыпчатая отварная 180 гр

5.Компот из свежих яблок 180 гр

6.Хлеб пшеничный 25 гр

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
		Б	Ж	У	
Помидоры порционные	**50**	**0,6**	**0,1**	**2,4**	**12**
Борщ из свежей капусты с картофелем	**250**	**2,034**	**6,665**	**11,158**	**113,6**
Гуляш из говядины	**100**	**14,504**	**14,883**	**3,738**	**207,23**
Гречка рассыпчатая отварная	**180**	**8,104**	**5,737**	**36,609**	**230,165**
Компот из свежих яблок	**180**	**0,072**	**0,072**	**6,754**	**28,41**
Хлеб пшеничный	**30**	**1,65**	**0,3**	**8,35**	**43,5**
Итого		**26,964**	**27,757**	**69,009**	**634,905**

Старший повар:_____/С.К.Балды/