



Директор

Утверждаю  
Е.Ю.Островский

Меню по возрастам ГБОУ «Турунтаевская СКОШИ» на 6.02.2023г

№ тех карты	Наименование блюда	Масса порции	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ЭЦ
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>						
46	Суп молочный	250	9	6	45	269
378	Чай с молоком	200	4	4	1	119
пр	Хлеб	100	8	1	1	235
21	Творожная масса	70	35.9	32.4	100.9	314.5
<b>Обед 12 лет и старше</b>						
17	Салат из соленых огурцов с луком	100	0.86	5.11	2.61	59.80
42	Суп с клецками	300	5.6	5.6	18.5	132.9
33	Капуста тушенная с мясом	260	8	10	10	167
349	Компот	200	1	0	32	133
пр	Хлеб	100	8	1	1	235
<b>Полдник</b>						
пр	Калач	100	6	10	45	291
пр	Молоко	200	5.8	6.2	9.1	116.4
<b>Ужин</b>						
312	Пюре картофельное	150	3	5	20	137
268	Котлета домашняя	100	11	11	13	194
378	Чай с молоком	200	4	4	1	119
пр	Хлеб	100	8	1	1	235
пр	Зефир	36	0.288	0.036	28.72	117.36
<b>Второй ужин</b>						
пр	Йогурт	200	2,8	3,2	16,0	87

Шеф-повар В.В.Федорова