

## Меню

МКОУ «СОШ №2 а.Псыж им.С.Х.Гонова»

на 23 апреля 2021 года.

| Наименование блюд               | Масса порции (г) | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая (ккал) |
|---------------------------------|------------------|------------------|-------------|--------------|-----------------------|
|                                 |                  | Белки (г)        | Жиры (г)    | Углеводы (г) |                       |
| Салат из свежей капусты         | 60,0             | 0,5              | 3,0         | 3,2          | 42,0                  |
| Суп из овощей                   | 250,0            | 1,9              | 5,9         | 12,6         | 115,2                 |
| Котлеты припущенные из говядины | 80,0             | 11,5             | 13,4        | 9,6          | 202,0                 |
| Рис отварной                    | 150,0            | 3,9              | 5,1         | 40,3         | 225,2                 |
| Соус томатный с овощами         | 30,0             | 0,4              | 1,2         | 2,2          | 21,5                  |
| Хлеб пшеничный                  | 20,0             | 1,5              | 0,1         | 9,9          | 47,0                  |
| Компот из свежих фруктов        | 200,0            | 0,5              | 0,2         | 23,1         | 96,0                  |
| <i>Итого</i>                    | <i>790,0</i>     | <i>20,2</i>      | <i>28,9</i> | <i>100,9</i> | <i>748,9</i>          |

Директор школы:

Повар:

Медицинский работник:



М.Х.Кичев

М.М.Ламкова

Ж.Х.Каблахова