

Утверждаю:

Директор НРМОБУ «Усть-Юганская СОШ»

И.А. Абрамова

## Меню

На «20» января 2025 год							
№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ВЫХОД	б	ж	у	кКал.	А
<b>завтрак С 1- 11 кл , льготная категория</b>							
<b>1, 340</b>	Омлет натуральный с бутербродом	245	23,2	30,4	16,9	442	
<b>495</b>	Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	
<b>458</b>	Фрукт в ассортименте	130	0,3	0,0	14,2	58	
<b>про м</b>	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
<b>про м</b>	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	
<b>Обед с 1-11 кл</b>							
<b>510</b>	Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	
<b>494</b>	Курица запечённая	100	17,4	17,0	0,0	214	
<b>513</b>	Компот из ягод	200	0,2	0,0	16,9	68	
<b>про м</b>	Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	
<b>про м</b>	Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
<b>Обед льготная категория</b>							
<b>510</b>	Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	
<b>494</b>	Курица запечённая	100	17,4	17,0	0,0	214	
<b>513</b>	Компот из ягод	200	0,2	0,0	16,9	68	
<b>про м</b>	Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	
<b>про м</b>	Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
<b>142</b>	Щи из свежей капусты, с картофелем, с мясом, со сметаной	250/15/5	6,1	7,2	7,8	120	
<b>21</b>	Салат из отварной моркови с огурцом	100	1,1	5,0	4,1	66	

Повар: Староста М.А.