



МЕНЮ

Понедельник - 1 (возраст 7 - 11 лет)

Утверждаю
ИП Зиновьев Б.А.

Согласовано
Директор школы



ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Сыр полутвердый (порциями) \\Белки - 3,48 г, Жиры - 4,43 г, Углеводы - 0,00 г. Энергетическая ценность 54,00 Ккал\\	15	
2	Каша вязкая молочная пшенная с маслом сливочным \\Белки - 6,45 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 34,45 г. Энергетическая ценность 228,75 Ккал\\	150/5	
3	Кофейный напиток с молоком \\Белки - 2,85 г, Жиры - 2,41 г, Углеводы - 14,35 г. Энергетическая ценность 90,54 Ккал\\	180	
4	Хлеб пшеничный \\Белки - 2,37 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 14,49 г. Энергетическая ценность 70,14 Ккал\\	30	
5	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\\	20	
6	Яблоко \\Белки - 0,60 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 14,70 г. Энергетическая ценность 70,50 Ккал\\	150	
7			
8	Итого	550	
Стоимость			49,63

ОБЕД

1	Салат "Степной" \\Белки - 0,90 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 5,29 г. Энергетическая ценность 43,00 Ккал\\	60	
2	Суп крестьянский с крупой \\Белки - 1,78 г, Жиры - 5,03 г, Углеводы - 12,70 г. Энергетическая ценность 103,25 Ккал\\	250	
3	Фрикадельки, тушенные в соусе \\Белки - 16,05 г, Жиры - 13,81 г, Углеводы - 11,20 г. Энергетическая ценность 233,33 Ккал\\	90/50	
4	Макаронные изделия отварные \\Белки - 5,52 г, Жиры - 4,52 г, Углеводы - 26,45 г. Энергетическая ценность 168,45 Ккал\\	150	
5	Чай с сахаром \\Белки - 0,07 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 15,00 г. Энергетическая ценность 60,00 Ккал\\	200/15	
6	Хлеб пшеничный \\Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\\	40	
7	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\\	20	
8	Итого	875	
9	Кислота аскорбиновая	35 мг	
Стоимость			59,45