

Утверждаю
 А.Н.Силантьев
 Директор школы

Меню на 05.05.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	332.33	Макароны с сыром	260	27.66	279	9.81	4.3	43.2
	гор.напиток	959	Какао с молоком	200	10.65	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	3.04	76	2.64	0.44	15.04
			Шоколад	30	12.65	60	6	5	33
Обед	закуска	1121	Огурец порционно	60	2.85	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	142	Суп рыбный	250	15.66	129	11.62	5.2	18.75
	гарнир	417	Рис отварной	200	8.91	207	9.17	7.34	26.12
	2 блюдо	451	Котлета мясная	95	22.66	185	17.68	15.70	2.19
	напиток	685	Чай с сахаром	200	4.43	81	0.20	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	3.04	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	40	1.45	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак	гор.блюдо	332.33	Макароны с сыром	260	37.91	279	9.81	4.3	43.2
	гор.напиток	959	Какао с молоком	200	10.65	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	2.50	76	2.64	0.44	15.04
			Печенье	45	6.94	96	2.10	1.50	2.10
Обед	закуска	1121	Огурец порционно	60	3.29	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	142	Суп рыбный	300	19.26	129	11.62	5.2	18.75
	гарнир	417	Рис отварной	200	8.95	207	9.17	7.34	26.12
	2 блюдо	451	Котлета мясная	100	22.27	185	17.68	15.70	2.19
	напиток	685	Чай с сахаром	200	4.43	81	0.20	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	2.50	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	60	2.80	76	2.64	0.44	15.04

Повар: Сек /М.В.Соколова