

«Утверждаю»

Директор школы Сивагинцев А.П. Сивагинцев

Меню на 21.10.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	181	Каша манная молочная	200	22,23	187.0	3.07	2.77	0.15
	напиток	692	Кофейный напиток с молоком	200	9,13	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	ТК	Хлеб пшеничный	40	2,56	76	2.64	0.44	15.04
Обед			Банан	220	24,15	78	2	0	14.6
	закуска	1121	Конфеты	20	5,65	63	5.08	4.6	0.28
	1 блюдо	630	Салат из свежих овощей	90	8,82	97	0.5	4.5	3.5
	2 блюдо	286	Суп полевой с мясом птицы	250	14,32	190	11.27	8.30	3.05
	Гарнир	124	Биточки	90	22,53	223	11.78	12.91	14.9
	напиток	685	Гороховое пюре	200	14,35	150	4.20	4.40	26.90
	хлеб бел.	ТК	Чай с лимоном	200	5,11	94	0.00	0.00	14.60
ИТОГО	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб пшеничный	40	2,56	76	2.64	0.44	15.04
			Хлеб ржаной	40	1,93	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак	гор. блюдо	181	Каша манная молочная	200	22,23	187.0	3.07	2.77	0.15
	напиток	692	Кофейный напиток с молоком	200	8,72	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	ТК	Хлеб пшеничный	60	3,84	76	2.64	0.44	15.04
Обед			Банан	210	25,3	78	2	0	14.6
	закуска	1121	Конфеты	25	8,35	63	5.08	4.6	0.28
	1 блюдо	630	Салат из свежих огурцов	90	7,99	97	0.5	4.5	3.5
	2 блюдо	286	Суп полевой с мясом птицы	300	14,32	190	11.27	8.30	3.05
	Гарнир	124	Биточки	100	27,61	223	11.78	12.91	14.9
	напиток	685	Гороховое пюре	200	14,77	150	4.20	4.40	26.90
	хлеб бел.	ТК	Чай с сахаром	200	3,51	94	0.00	0.00	14.60
ИТОГО	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб пшеничный	60	3,84	76	2.64	0.44	15.04
			Хлеб ржаной	60	2,89	76	2.64	0.44	15.04
Повар :				143,37					

Соколова М.В.

*Сф*