

«Утверждаю»

Директор школы

А.Н.Силантьев

Меню на 07.10.2022 г.



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша манная молочная	200	20,4	187,0	3,07	2,77	0,15
	напиток	692	Кофейный напиток с молоком	200	7,17	145,2	3,52	3,72	25,49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2,78	76	2,64	0,44	15,04
Обед			Банан	250	25,59	78	2	0	14,6
			Яйцо	60	7,78	63	5	5	0
	закуска	1121	Салат из свежих огурцов	100	6,89	97	0,5	4,5	3,5
	1 блюдо	630	Суп полевой с мясом птицы	250	13,5	190	11,27	8,30	3,05
	2 блюдо	286	Биточки	90	22,24	223	11,78	12,91	14,9
	Гарнир	124	Гороховое пюре	200	14,35	150	4,20	4,40	26,90
ИТОГО	напиток	685	Сок	200	8,41	78	2,00	0,00	14,60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2,78	76	2,64	0,44	15,04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	40	1,45	76	2,64	0,44	15,04
	гор.блюдо	181	Каша манная молочная	200	133,34	187,0	3,07	2,77	0,15
Завтрак	напиток	692	Кофейный напиток с молоком	200	22,68	145,2	3,52	3,72	25,49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	7,17	76	2,64	0,44	15,04
			Банан	250	4,21	78	2	0	14,6
Обед			Яйцо	60	26,6	63	5	5	0
	закуска	1121	Салат из свежих огурцов	125	7,78	97	0,5	4,5	3,5
	1 блюдо	630	Суп полевой с мясом птицы	300	9,61	190	11,27	8,30	3,05
	2 блюдо	286	Биточки	100	17,46	223	11,78	12,91	14,9
	Гарнир	124	Гороховое пюре	200	18,06	150	4,20	4,40	26,90
	напиток	685	Сок	200	14,77	78	2,00	0,00	14,60
ИТОГО	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	8,41	76	2,64	0,44	15,04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	60	4,21	76	2,64	0,44	15,04
				60	2,41	76	2,64	0,44	15,04
					143,37				

Повар : Соколова М.В.

*Соп*