



«Утверждаю»

Директор школы А.Н.Силантьев

Меню на 07.09.2022 г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	160	Суп молочный вермишелевый	200	18.28	235.0	4.4	1.7	17.3
	гор.напиток	692	Кофейный напиток с молоком	200	8.57	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.78	76	2.64	0.44	15.04
		тк	Батон	40	4.71	42	1.20	0.48	8.24
Обед			Сыр порционнно	40	23.00	82	5.30	5.50	0.00
			Яйцо	60	7.78	63	5	5	0
	закуска	33	Салат из красной свеклы	60	3.46	93.9	1.43	6.09	8.36
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем	250	15.89	101	4.90	6.66	10.81
	2 блюдо	443	Плов с курицей	250	33.72	447	12.75	11.75	37.13
	напиток	685	Чай с сахаром	200	2.83	94	0.00	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	1.87	76	2.64	0.44	15.04
			Зефир	30	9.07	60	6.20	5.00	33.10
	ИТОГО					134,74			
Завтрак	гор.блюдо	160	Суп молочный вермишелевый	210	18.04	235.0	4.4	1.7	17.3
	гор.напиток	692	Кофейный напиток с молоком	200	7.17	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	4.21	76	2.64	0.44	15.04
		тк	Батон	40	4.24	42	1.20	0.48	8.24
Обед			Сыр порционнно	45	27.00	82	5.30	5.50	0.00
			Яйцо	60	7.78	63	5	5	0
	закуска	33	Салат из красной свеклы	90	3.46	93.9	1.43	6.09	8.36
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем	300	15.89	101	4.90	6.66	10.81
	2 блюдо	443	Плов с курицей	250	34.02	447	12.75	11.75	37.13
	напиток	685	Чай с сахаром	200	2.83	94	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	4.21	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	60	2.41	76	2.64	0.44	15.04
			Зефир	35	12.11	60	6.20	5.00	33.10
	ИТОГО					143,37			

Повар :  Соколова М.В.