

Утверждаю
 А.Н.Силантьев
 Директор школы

Меню на 07.04.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	ОПРН		Углеводы
							Белки	Жиры	
Завтрак	гор.блюдо	332.33	Макароны с сыром	260	40.34	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	3.01	76	2.64	0.44	15.04
Обед	закуска	12	Салат из кукурузы	35	6.37	96	1.55	5.08	9.4
	1 блюдо	142	Суп рыбный	250	12.64	129	11.62	5.2	18.75
	гарнир	417	Рис отварной	200	11.60	207	9.17	7.34	26.12
	2 блюдо	437	Птица тушеная	80	19.87	167	10.63	7.74	2.19
	напиток	685	Чай с сахаром	200	3.98	81	0.20	0.00	14.60
ИТОГО	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	3.04	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной	40	1.50	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак	гор.блюдо	332.33	Макароны с сыром	260	36.23	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
Обед	закуска	12	Пряник	50	8.62	56	3	7	9
	1 блюдо	142	Салат из кукурузы	35	5.55	96	1.55	5.08	9.4
	гарнир	417	Суп рыбный	300	15.61	129	11.62	5.2	18.75
	2 блюдо	437	Птица тушеная	200	9.49	207	9.17	7.34	26.12
	напиток	685	Чай с сахаром	200	23.57	167	10.63	7.74	2.19
ИТОГО	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	2.50	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной	60	2.80	76	2.64	0.44	15.04

Шовар: *col* /М.В.Соколова