

Утверждаю  
 Директор школы Севастьян А.Н.Силантьев

Меню на 02.03.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	160	Суп молочный вермишелевый	200	18.00	235.0	4.4	1.7	17.3
	гор.напиток	692	Кофейный напиток с молоком	200	9.34	107	1.56	1.30	22.52
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.76	76	2.64	0.44	15.04
Обед			Яйцо	60	7.03	63	5.08	4.60	0.28
			Йогурт	95	16.87	96	2.64	4.19	4.34
	закуска	43	Икра по-домашнему	50	8.69	96	1.55	5.08	9.40
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем	250	15.36	101	4.90	6.66	10.81
	2 блюдо	443	Плов с курицей	250	27.31	447	12.75	11.75	37.13
	напиток	685	Чай с сахаром	200	3.60	81	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.76	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	40	1.28	76	2.64	0.44	15.04
					113,00				
Завтрак	гор.блюдо	160	Суп молочный вермишелевый	200	16.95	235.0	4.4	1.7	17.3
	гор.напиток	692	Кофейный напиток с молоком	200	9.64	107	1.56	1.30	22.52
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	1.93	76	2.64	0.44	15.04
Обед			Яблоко	230	29.48	96	2.64	4.19	4.34
	закуска	43	Икра по-домашнему	60	8.82	96	1.55	5.08	9.40
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем	300	15.36	101	4.90	6.66	10.81
	2 блюдо	443	Плов с курицей	250	31.09	447	12.75	11.75	37.13
	напиток	685	Чай с сахаром	200	3.60	81	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	1.93	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	60	2.70	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					121,50				

Повар: Сев /М.В.Соколова