

Симоньян А.Н. Сидантьев

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
РЕСПУБЛИКА АРХАНГЕЛЬСКАЯ
Администрация
Ковалкинского района

Муниципальное бюджетное учреждение
«Центральный учебно-методический кабинет»
с. Софиево
ул. Школьная 1В

Директор школы

Меню на 17.05.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша манная молочная	200	21.53	187.0	3.07	2.77	9.15
	напиток	692	Кофейный напиток	200	2.69	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	3.04	76	2.64	0.44	15.04
Обед			Печенье	30	6.32	96	2.10	1.50	2.10
			Плюшка	70	20.42	96	2.10	1.50	2.10
	закуска	50	Салат из соленых огурцов	100	3.45	94	1.46	0.44	10.42
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем	250	15.40	101	4.90	6.66	10.81
	2 блюдо	286	Тефтели	92	20.39	223	11.78	12.91	14.9
	Гарнир	297	Каша гречневая	200	12.63	239	4.50	6.75	38.40
ИТОГО	напиток	639	Компот из сухофруктов	200	2.64	142	1.60	0.00	33.40
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	3.04	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	40	1.45	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша манная молочная	200	18.81	187.0	3.07	2.77	0.15
	напиток	692	Кофейный напиток	200	2.64	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	2.50	76	2.64	0.44	15.04
Обед			Конфеты	40	12.60	101	2.64	1.12	2.10
	закуска	1121	Плюшка	70	21.45	96	2.10	1.50	2.10
	1 блюдо	124	Огурец порционно	60	4.18	97	0.5	4.5	3.5
ИТОГО	2 блюдо	286	Щи из свежей капусты с картофелем	300	17.16	101	4.90	6.66	10.81
	Гарнир	297	Тефтели	100	20.44	223	11.78	12.91	14.9
	напиток	639	Каша гречневая	200	13.78	239	4.50	6.75	38.40
ИТОГО	хлеб бел.	тк	Компот из сухофруктов	200	2.64	142	1.60	0.00	33.40
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб пшеничный	60	2.50	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО			Хлеб ржаной	60	2.80	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					121,50				

Повар: Сол /М.В.Соколова