

«Утверждаю»

Директор школы Силиантьев А.Н. Силиантьев А.Н. Силиантьев

Меню на 27.09.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	679	Каша молочная пшеничная	200	22.91	306	8.8	7.62	50.5
	гор.напиток	692	Кофейный напиток с молоком	200	8.03	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	40	2.78	76	2.64	0.44	15.04
Обед			Груша	200	30.00	100	2.2	0	16.4
	закуска	50	Икра по-домашнему	30	5.94	94	1.46	5.11	10.42
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем	250	18.64	101	4.90	6.66	10.81
	2 блюдо	286	Тефтели	100	20.57	223	11.78	12.91	14.90
	гарнир	297	Каша гречневая	200	15.45	239	4.50	6.75	38.40
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	4.80	81	0.20	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк №1	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	
Итого					133,35				
Завтрак	гор.блюдо	679	Каша молочная пшеничная	200	22.04	306	8.8	7.62	50.5
	гор.напиток	692	Кофейный напиток с молоком	200	8.37	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	60	3.36	76	2.64	0.44	15.04
Обед			Груша	200	34.67	100	2.2	0	16.4
	закуска	50	Икра по-домашнему	60	7.84	94	1.46	5.11	10.42
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем	300	18.64	101	4.90	6.66	10.81
	2 блюдо	286	Тефтели	100	22.43	223	11.78	12.91	14.90
	гарнир	297	Каша гречневая	200	15.45	239	4.50	6.75	38.40
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	4.80	81	0.20	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк №1	Хлеб пшеничный	60	3.36	76	2.64	0.44	15.04
хлеб черн.	тк №1	Хлеб ржаной	60	2.41	76	2.64	0.44	15.04	
Итого					143,37				

Повар : Соколова М.В.