

«Утверждаю»

Директор школы Свиридов А.Н.Силантьев

Меню на 05.10. 2021г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	451	Каша гречневая с маслом	200	12.89	185	17.68	15.70	27.74
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	3.22	81	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	1.80	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак 2	фрукты		груша	220	31.72	100	2.20	0.00	16.40
ИТОГО					49,63				
Обед	закуска	43	Салат из свежих огурцов	100	10.02	96	1.55	5.08	9.40
	1 блюдо	132	Рассольник «Ленинградский»	300	10.54	167	4.82	6.92	20.00
	гарнир	41	Макароны отварные	200	8.46	145	49.58	1.18	33.12
	2 блюдо	437	Птица тушеная	100	23.52	150	10.63	7.74	2.19
	напиток	868	Компот из сухофруктов	200	2.68	94	0.04	0.00	24.76
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.16	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	60	2.00	76	2.64	0.44	15.04
					59,38				

Повар : Соколова М.В.