

«Утверждаю»

Директор школы *Соколова М.В.* А.Н.Силантьев



Меню на 21.10.2021г

Прием пищи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	469	Запеканка из творога	150	45.38	235.0	30.93	22.89	36
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	1.50	145.2	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.75	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					49,63				
Обед	закуска	43	Салат из свежих овощей	100	16.07	96	1.55	5.08	9.40
	1 блюдо	139	Суп картофельный с бобовыми	300	11.27	129	11.62	5.2	18.75
	2 блюдо	489	Рагу из птицы	280	25.59	447	12.75	11.75	37.13
	напиток	639	Компот из свежих фруктов	200	2.21	81	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.20	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	№ 1	Хлеб ржаной	60	2.04	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					59,38				

Повар : *Соколова М.В.* Соколова М.В.