

Утверждаю
А.Н.Силантьев

Директор школы

Меню на 19.04.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша манная молочная	200	15.40	187.0	3.07	2.77	0.15
	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			Банан	250	32.87	71	5.6	6.6	12.6
	закуска	1121	Огурец порционно	25	3.48	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем	250	16.50	101	4.90	6.66	10.81
	2 блюдо	286	Тефтели	80	21.96	223	11.78	12.91	14.9
	Гарнир	297	Каша гречневая	200	8.33	239	4.50	6.75	38.40
Завтрак	напиток	685	Чай с сахаром	200	4.24	81	0.20	0.00	14.60
	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
ИТОГО					113,00				
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша манная молочная	200	14.29	187.0	3.07	2.77	0.15
	напиток	692	Кофейный напиток	200	2.69	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	2.50	76	2.64	0.44	15.04
Обед			Банан	250	38.52	71	5.6	6.6	12.6
	закуска	1121	Огурец порционно	25	2.41	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем	300	19.51	101	4.90	6.66	10.81
	2 блюдо	286	Тефтели	100	23.71	223	11.78	12.91	14.9
	Гарнир	297	Каша гречневая	200	8.33	239	4.50	6.75	38.40
Завтрак	напиток	685	Чай с сахаром	200	4.24	81	0.20	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	2.50	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	60	2.80	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					121,50				

Повар: _____/М.В.Соколова