

Утверждаю

Директор школы Савицкий А.Н.Силантьев

Меню на 01.12.2021г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 класс	гор.блюдо	160	Суп молочный вермишелевый	200	19.65	235.0	4.4	1.7	17.3
	гор.напиток	959	Какао с молоком	200	8.10	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	40	2.76	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак 2	сладкое		Шоколад	15	9.87	60	6.2	5	33.1
	Сладкое		Печенье	50	13.62	96	2.10	1.50	2.10
<b>ИТОГО</b>					<b>54.00</b>				
Обед 1-4 классы	закуска	43	Огурец порционно	40	6.29	96	1.55	5.08	9.40
	1 блюдо	142	Суп рыбный	300	10.71	129	11.62	5.2	18.75
	2 блюдо	443	Плов с курицей	280	34.69	447	12.75	11.75	37.13
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	2.93	81	0.00	0.00	14.60
	хлеб черн.	тк №1	Хлеб ржаной	60	2.11	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб бел.	тк №1	Хлеб пшеничный	40	2.27	76	2.64	0.44	15.04
<b>ИТОГО</b>					<b>59.00</b>				
Завтрак 5-11 классы	гор.блюдо	160	Суп молочный вермишелевый	200	19.73	235.0	4.4	1.7	17.3
	гор.напиток	959	Какао с молоком	200	8.10	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	40	2.85	76	2.64	0.44	15.04
	фрукты		Мандарин	180	27.32	44	2.5	0	11.3
<b>ИТОГО</b>					<b>58.00</b>				
Обед	закуска	1121	Салат из свежих овощей	60	10.79	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	142	Суп рыбный	300	10.71	129	11.62	5.2	18.75
	2 блюдо	443	Плов с курицей	280	34.69	447	12.75	11.75	37.13
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	2.93	81	0.00	0.00	14.60
	хлеб черн.	тк №1	Хлеб ржаной	60	2.11	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб бел.	тк №1	Хлеб пшеничный	40	2.27	76	2.64	0.44	15.04
<b>ИТОГО</b>					<b>63.50</b>				

Повар: Сол /М.В.Соколова