

Меню на 13.01.2022 г.

Директор школы



Утверждаю  
Д.Н.Силантsev

Принем пищи	Раздел	№ Реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	469	Запеканка из творога	150	49,14	235	4,4	1,7	17,3
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	2,10	145,2	3,52	3,72	25,49
	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	60	1,93	76	2,64	0,44	15,04
ИТОГО			Конфеты	25	4,83	96	6,20	5,00	33,10
Обед	закуска	50	Салат из свежей капусты	100	58,00				
	1 блюдо	142	Суп рыбный	300	0,53	94	1,46	5,11	10,42
	Гарнир	332	Макаронн отварные	200	12,64	129	11,62	5,2	18,75
	2 блюдо	286	Тертлен	200	9,61	208	3,50	4,07	35,30
	напиток	685	Чай с сахаром	100	17,62	223	11,78	12,91	14,9
ИТОГО	хлеб бел.	тк №1	Хлеб пшеничный	40	4,53	145,2	3,52	3,72	25,49
	хлеб черн.	тк №1	Хлеб ржаной	60	1,93	76	2,64	0,44	15,04
			Печенье	50	13,94	96	2,10	1,50	2,10
ИТОГО					63,50				

Повар С.В. М.В.Соколова