

Утверждаю
 А.Н.Силагтьев
 Директор школы

Меню на 25.02.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4	гор.блюдо	210	Каша овсяная с молоком и изюмом	200	21.62	363 *	20,50	11.00	2.80
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	6.71	81	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.76	76	2.64	0.44	15.04
Обед 1-4	закуска	33	Яблоко	150	22.91	48	1.5	0	10.2
	1 блюдо	124	Огурец порционно	30	7.68	93.9	1.43	6.09	8.36
	2 блюдо	297	Щи из мяса кур	250	12.70	101	4.90	6.66	10.81
	Гарнир	451	Каша гречневая	200	14.06	239	4.50	6.75	38.40
	напиток	868	Котлета мясная	100	17.50	185	17.68	15.7	27.74
	хлеб бел.	тк	Компот из сухофруктов	200	3.02	94,2	0,04	0,00	24,76
ИТОГО	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб пшеничный	40	1.28	76	2.64	0.44	15.04
		1	Хлеб ржаной	40	2.76	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак 5-11	гор.блюдо	210	Каша овсяная	200	18.96	363	20.50	11.00	2.80
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	6.71	81	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	1.93	76	2.64	0.44	15.04
Обед 5-11	закуска	33	Банан	150	30.4	48	1.5	0	10.2
	1 блюдо	124	Огурец порционно	40	10.49	93.9	1.43	6.09	8.36
	2 блюдо	297	Щи из мяса кур	250	12.70	101	4.90	6.66	10.81
	Гарнир	451	Каша гречневая	200	14.06	239	4.50	6.75	38.40
	напиток	868	Котлета мясная	100	17.50	185	17.68	15.7	27.74
	хлеб бел.	тк	Компот из сухофруктов	200	4.12	94,2	0,04	0,00	24,76
ИТОГО	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб пшеничный	40	1.93	76	2.64	0.44	15.04
		1	Хлеб ржаной	40	2.70	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					121,5				

Повар:  /М.В.Соколова