

Утверждаю  
 Директор школы Силантьев А.Н.Силантьев

Меню на 14.04.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	469	Запеканка из творога	200	50.64	235	4.4	1.7	17.3
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	1.84	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	40	1.52	76	2.64	0.44	15.04
Обед	закуска	50	Икра по-домашнему	50	4.17	94	1.46	5.11	10.42
	1 блюдо	139	Суп гороховый с мясом	250	13.79	101	3.5	3.90	20.70
	2 блюдо	489	Рагу из птицы	200	33.00	491	20.70	16.40	37.90
	напиток	639	Компот из сухофруктов	200	3.55	142	1.60	0.00	33.40
	хлеб бел.	тк №1	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	469	Запеканка из творога	200	53.66	235	4.4	1.7	17.3
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	2.74	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	40	1.60	76	2.64	0.44	15.04
Обед	закуска	1121	Огурец порционно	30	5.63	94	1.46	5.11	10.42
	1 блюдо	139	Суп гороховый с мясом	300	14.02	101	3.5	3.90	20.70
	2 блюдо	489	Рагу из птицы	200	35.00	491	20.70	16.40	37.90
	напиток	639	Компот из сухофруктов	200	3.55	142	1.60	0.00	33.40
	хлеб бел.	тк №1	Хлеб пшеничный	40	2.50	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	тк №1	Хлеб ржаной	40	2.80	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					121,50				

Повар: Сел /М.В.Соколова