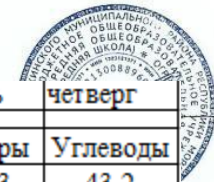


Утверждаю

Меню на 21.04.2022 г



А.Н.Силантьев

Школа	Кочелаевская СОШ		Отд./корп				День	четверг	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	332.33	Макароны с сыром	240	40,31	279	9.81	4.3	43.2
	гор.напиток	959	Какао с молоком	200	10,65	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	3,04	76	2,64	0,44	15,04
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	1121	Томат порционно	20	4,15	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	142	Суп рыбный	250	16,24	129	11.62	5.20	18.75
	гарнир	417	Рис отварной	200	10,35	207	9.17	7.34	26.12
	2 блюдо	451	Котлета мясная	90	20,22	185	17.68	15.7	27.74
	напиток	868	Компот из сухофруктов	200	3,55	94.2	0.04	0.00	24.76
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	3,04	76	2,64	0,44	15,04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	60	1,45	76	2,64	0,44	15,04
	ИТОГО					113,00			
Завтрак	гор.блюдо	332.33	Макароны с сыром	260	36,7	279	9.81	4.3	43.2
	гор.напиток	959	Какао с молоком	200	10,65	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	2,50	76	2,64	0,44	15,04
			Печенье	45	8,15	96	2.10	1.50	2.10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	1121	Томат порционно	30	5,28	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	142	Суп рыбный	300	16,75	129	11.62	5.20	18.75
	гарнир	417	Рис отварной	200	12,4	207	9.17	7.34	26.12
	2 блюдо	451	Котлета мясная	100	20,22	185	17.68	15.7	27.74
	напиток	868	Компот из сухофруктов	200	3,55	94.2	0.04	0.00	24.76
	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 : \_\_\_\_\_ Соколова М.В.