



МЕНЮ

Среда - 1 (возраст 7 - 11 лет)

Утверждаю
ИП Зиновьев Б.А.

Согласовано
Директор школы



ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Мясо-крупяные шарики \\Белки - 13,73 г, Жиры - 18,06 г, Углеводы - 14,39 г. Энергетическая ценность 274,29 Ккал\\	90	
2	Каша рассыпчатая гречневая \\Белки - 8,60 г, Жиры - 6,09 г, Углеводы - 38,64 г. Энергетическая ценность 243,75 Ккал\\	150	
3	Чай с сахаром \\Белки - 0,07 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 15,00 г. Энергетическая ценность 60,00 Ккал\\	200/15	
4	Хлеб пшеничный \\Белки - 2,37 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 14,49 г. Энергетическая ценность 70,14 Ккал\\	30	
5	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\\	20	
6			
7			
8	Итого	505	
Стоимость			49,63

ОБЕД

1	Салат картофельный с огурцами \\Белки - 0,79 г, Жиры - 4,71 г, Углеводы - 5,67 г. Энергетическая ценность 68,22 Ккал\\	60	
2	Суп с макаронными изделиями и картофелем \\Белки - 2,57 г, Жиры - 2,78 г, Углеводы - 15,69 г. Энергетическая ценность 109,00 Ккал\\	250	
3	Птица отварная \\Белки - 19,78 г, Жиры - 16,21 г, Углеводы - 0,32 г. Энергетическая ценность 223,20 Ккал\\	90	
4	Капуста тушеная \\Белки - 3,09 г, Жиры - 4,85 г, Углеводы - 14,14 г. Энергетическая ценность 112,65 Ккал\\	150	
5	Компот из свежих яблок \\Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 25,09 г. Энергетическая ценность 103,14 Ккал\\	180	
6	Хлеб пшеничный \\Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\\	40	
7	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\\	20	
8	Итого	790	
9	Кислота аскорбиновая	35 мг	
Стоимость			59,45