

Утверждаю
 Директор школы № 1
 А.Н.Силантьев

Меню на 18.05.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	451	Каша гречневая с маслом	200	19.75	185	17.68	15.70	27.74
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	4.36	89	0.00	10.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	3.04	76	2.64	0.44	15.04
		тк	Батон	30	4.85	42	1.20	0.48	8.24
Обед	закуска	1121	Сыр порционнo	40	22.00	82	5.30	5.50	0.00
	1 блюдо	132	Огурец порционнo	60	4.50	97	0.5	4.5	3.5
	гарнир	124	Суп картофельный с мясом кур	250	17.40	167	4.82	6.92	20.00
	2 блюдо	437	Гороховое пюре	200	8.93	150	4.20	4.40	26.90
	напиток	868	Птица тушеная	96	20.06	150	10.63	7.74	2.19
	хлеб бел.	тк	Компот из сухофруктов	200	3.62	94	0.04	0.00	24.76
		тк №1	Хлеб пшеничный	40	3.04	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной	40	1.45	76	2.64	0.44	15.04
					113,00				
Завтрак	гор.блюдо	451	Каша гречневая с маслом	200	19.75	185	17.68	15.70	27.74
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	4.36	89	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	3.04	76	2.64	0.44	15.04
		1	Бутерброд с маслом	10/40	10.31	75	0	8.2	0.1
			Шоколад	65	11.41	96	2,10	1,50	2,10
Обед	закуска	1121	Огурец порционнo	60	3.66	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	132	Суп картофельный с мясом кур	300	18.10	167	4.82	6.92	20.00
	гарнир	124	Гороховое пюре	200	8.90	150	4.20	4.40	26.90
		437	Птица тушеная	100	23.92	150	10.63	7.74	2.19
		868	Компот из сухофруктов	200	3.62	94	0.04	0.00	24.76
		тк	Хлеб пшеничный	60	2.50	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной	60	2.80	76	2.64	0.44	15.04
					121,50				

Повар: Сол /М.В.Соколова