

Утверждаю  
 Директор школы *Синятов*  
 А.Н. Синятов

Меню на 16.05.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	177	Каша рисовая молочная	200	27.04	333.0	6.0	158.5
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	4.24	81	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	3.04	76	2.64	15.04
Обед		1	Бутерброд с маслом	50	12.29	75	0	8.2
			Яйцо	60	7.39	63	5.08	4.60
	закуска	1121	Томат порционнo	60	3.15	97	0.5	4.5
	1 блюдо	630	Суп крестьянский	250	15.26	190	11.27	8.30
	2 блюдо	487	Курица тушеная	90	20.39	223	22.30	14.20
	Гарнир	332	Макароньы отварные	200	11.47	208	5.50	4.07
	напиток	648	Кисель из концентрата	200	4.24	116	1.36	0.00
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	3.04	76	2.64	0.44
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	40	1.45	76	2.64	0.44
	ИТОГО					113,00		
Завтрак	гор.блюдо	177	Каша рисовая молочная	230	24.72	333.0	6.0	11.7
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	4.84	81	0.00	0.00
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	2.50	76	2.64	0.44
Обед		1	Бутерброд с маслом	60	12.29	75	0	8.2
			Яйцо	60	10.24	63	5.08	4.60
			Печенье	15	3.41	96	2,10	1,50
	закуска	1121	Томат порционнo	60	3.42	97	0.5	4.5
	1 блюдо	630	Суп крестьянский	300	15.26	190	11.27	8.30
	2 блюдо	487	Курица тушеная	100	23.81	223	22.30	14.20
	Гарнир	332	Макароньы отварные	200	11.47	208	5.50	4.07
	напиток	648	Кисель из концентрата	200	4.24	116	1.36	0.00
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	2.50	76	2.64	0.44
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	60	2.80	76	2.64	0.44
ИТОГО					121,50			

Повар: *Сол* /М.В.Соколова