

Утверждаю  
 Директор школы *Сидяков* А.Н.Силантьев

Меню на 20.04.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	438	Омлет	150	36.18	268.0	14.3	22.2	2.7
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	4.24	81	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	3.04	76	2.64	0.44	15.04
			Печенье	50	10.54	96	2.1	1.5	2.1
Обед	закуска	1121	Томат порционно	30	6.79	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	139	Суп картофельный с мясом кур	250	12.75	101	3.5	3.90	20.70
	2 блюдо	437	Птица тушеная	80	19.87	150	10.63	7.74	2.19
	Гарнир	124	Гороховое пюре	200	11.55	150	4.20	4.40	26.90
	напиток	639	Компот из сухофруктов	200	3.55	142	1.60	0.00	33.40
	хлеб бел.	тк	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
Завтрак	гор.блюдо	438	Омлет	150	38.74	268.0	14.3	22.2	2.7
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	4.24	81	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.50	76	2.64	0.44	15.04
		1	Бутерброд с маслом	50	12.52	75	0	8.2	0.1
Обед	закуска	1121	Томат порционно	30	6.78	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	139	Суп картофельный с мясом кур	300	12.75	101	3.5	3.90	20.70
	2 блюдо	437	Птица тушеная	80	23.57	150	10.63	7.74	2.19
	Гарнир	124	Гороховое пюре	200	11.55	150	4.20	4.40	26.90
	напиток	639	Компот из сухофруктов	200	3.55	142	1.60	0.00	33.40
	хлеб бел.	тк	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

Повар: *Сол* /М.В.Соколова