



МЕНЮ

Вторник - 2 (возраст 7 - 11 лет)

Утверждаю
ИП Зиновьев Б.А.
Согласовано
Директор школы



ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Икра из кабачков \\Белки - 1,08 г, Жиры - 5,34 г, Углеводы - 4,62 г. Энергетическая ценность 71,40 Ккал\\	60	
2	Макароны, запеченные с сыром \\Белки - 11,65 г, Жиры - 12,55 г, Углеводы - 47,39 г. Энергетическая ценность 357,50 Ккал\\	200	
3	Чай с лимоном \\Белки - 0,13 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 15,20 г. Энергетическая ценность 62,00 Ккал\\	200/15/7	
4	Хлеб пшеничный \\Белки - 2,37 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 14,49 г. Энергетическая ценность 70,14 Ккал\\	30	
5	Яблоко \\Белки - 0,60 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 14,70 г. Энергетическая ценность 70,50 Ккал\\	150	
6			
7			
8	Итого	662	
Стоимость			49,63

ОБЕД

1	Салат из моркови с сахаром \\Белки - 0,74 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 6,89 г. Энергетическая ценность 49,02 Ккал\\	60	
2	Суп картофельный с горохом \\Белки - 5,49 г, Жиры - 5,27 г, Углеводы - 16,54 г. Энергетическая ценность 148,25 Ккал\\	250	
3	Овощное рагу с мясом \\Белки - 15,11 г, Жиры - 16,56 г, Углеводы - 15,83 г. Энергетическая ценность 310,74 Ккал\\	250	
4	Сок апельсиновый \\Белки - 1,26 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 23,76 г. Энергетическая ценность 108,00 Ккал\\	180	
5	Хлеб пшеничный \\Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\\	40	
6	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\\	20	
7			
8	Итого	800	
9	Кислота аскорбиновая	35 мг	
Стоимость			59,45