

Меню на 24.02.2022 г.

Утверждаю
 Директор школы: *Светлана Н. Силантьев*

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	438	Омлет	150	26,46	187.0	3.07	2.77	0.15
	напиток		Сок	200	17,00	78	2	0	14.6
	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	40	2.76	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак2	Сладкое		Конфеты	30	7,78	96	2.10	1.50	2.10
	витаминация		Банан		38,00				
ИТОГО					54,00				
Обед	закуска	1121	Салат из томатов	50	7,06	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	110	Борщ из свежей капусты с картофелем мясом кур	250	12,75	117	1.90	6.66	10.81
	Гарнир	124	Гороховое пюре	200	12,02	150	4.20	4.40	26.90
	2 блюдо	437	Птица тушеная	80	20,11	167	10.63	7.74	2.19
	гор.напиток	868	Компот из сухофруктов	200	3,02	94.2	0.04	0.00	24.76
	хлеб черн.	тк №1	Хлеб ржаной	60	1.28	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб бел.	тк №1	Хлеб пшеничный	40	2.76	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					59,00				
Завтрак	гор.блюдо	438	Омлет	150	26,46	187.0	3.07	2.77	0.15
	гор.напиток		Сок	200	16,68	78	2	0	14.6
	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	60	1.93	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак2	фрукты		Конфеты	50	12,93	96	2.10	1.50	2.10
	ИТОГО				58,00				
Обед	закуска	1121	Салат из томатов	50	6,13	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	110	Борщ из свежей капусты с картофелем мясом кур	300	12,75	117	1.90	6.66	10.81
	Гарнир	124	Гороховое пюре	200	12,02	150	4.20	4.40	26.90
	2 блюдо	437	Птица тушеная	100	23,87	167	10.63	7.74	2.19
	гор.напиток	868	Компот из сухофруктов	200	4,10	94.2	0.04	0.00	24.76
	хлеб черн.	тк №1	Хлеб ржаной	60	2.70	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб бел.	тк №1	Хлеб пшеничный	60	1.93	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					63,50				

Повар: *Сел* /М.В.Соколова