

Утверждаю  
 Директор школы \_\_\_\_\_  
 С.В.А.Н.Силантьев

Меню на 23.05.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	679	Каша молочная пшенная	200	18.94	306	8.8	7.62	50.5
	гор.напиток	959	Какао с молоком	200	10.74	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	3.04	76	2.64	0.44	15.04
			Шоколад	40	16.93	60	6.2	5	33.1
			Печенье	25	4.35	60	6.2	5	33.1
Обед	закуска	50	Икра по-домашнему	60	5.9	94	1.46	5.11	10.42
	1 блюдо	139	Суп с макаронными изделиями	250	14.9	101	3.5	3.9	20.7
	2 блюдо	451	Котлета мясная	95	18.86	185	17.68	15.70	2.19
	гарнир	124	Гороховое пюре	200	10.72	150	4.20	4.40	26.90
	напиток	639	Компот из сухофруктов	200	4.13	142	1.6	0	33.4
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	3.04	76	2.64	0.44	15.04
			Хлеб ржаной	40	1.45	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					113,00				
Завтрак	гор.блюдо	679	Каша молочная пшенная	200	19.03	306	8.8	7.62	50.5
	гор.напиток	959	Какао с молоком	200	10.74	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.5	76	2.64	0.44	15.04
			Печенье	45	8.86	60	6.2	5	33.1
			Йогурт	95	16.87	63	5,08	4,60	0,28
Обед	закуска	50	Икра по-домашнему	60	4.92	94	1.46	5.11	10.42
	1 блюдо	139	Суп с макаронными изделиями	300	18.91	101	3.5	3.9	20.7
	2 блюдо	451	Котлета мясная	100	20.58	185	17.68	15.70	2.19
	гарнир	124	Гороховое пюре	200	9.48	150	4.20	4.40	26.90
	напиток	685	Чай с сахаром	200	4.31	81	0.20	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	2.5	76	2.64	0.44	15.04
			Хлеб ржаной	60	2.8	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					121,50				

Повар: С.В. /М.В.Соколова