

«Утверждаю»

Директор школы А. П. Силантsev

А. П. Силантsev

Меню на 20.10.2021г

РЕСПУБЛИКА МОРДОВИЯ
Администрация
Ковылкинского
муниципального района
Муниципальное бюджетное
образовательное учреждение
«Кочелавская средняя
общеобразовательная

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры		Углевод
							г	г	
Завтрак	гор.блюдо	160	Суп молочный вермишелевый	200	17.79	235.0	4.4	1.7	17.3
	гор.напито к	559	Какао с молоком	200	8.71	145.2	3.72	3.72	25.49
	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	60	2.57	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак 2	сладкое		Йогурт	95	16.09	96	2.64	4.19	4.34
	сладкое		Вафли	25	4.47	50	5	6	24.4
ИТОГО					49,63				
Обед	закуска	43	Огурец порционно	30	3.85	96	1.55	5.08	9.40
	1 блюдо	142	Суп рыбный	300	16.75	129	11.62	5.2	18.75
	2 блюдо	443	Плов с курицей	280	32.33	447	12.75	11.75	37.13
	гор.напито к	868	Компот из сухофруктов	200	2.21	94.2	0.04	0.00	24.76
	хлеб черн.	тк №1	Хлеб ржаной	60	2.20	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб бел.	тк №1	Хлеб пшеничный	40	2.04	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					59,38				

Соколова М.В.

Повар :

Сол