

Утверждаю

Директор школы / А.Н.Силантьев



Меню на 18.11.2021г
(5-11 классы)

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 469 | Запеканка из творога | 150 | 44.75 | 235 | 4.4 | 1.7 | 17.3 |
| | гор.напиток | 692 | Кофейный напиток | 200 | 2.03 | 145.2 | 3.52 | 3.72 | 25.49 |
| | хлеб | тк | Хлеб пшеничный | 40 | 2.85 | 76 | 2.64 | 0.44 | 15.04 |
| ИТОГО | | | | | 49.63 | | | | |
| Обед | закуска | 50 | Салат из свежих овощей | 100 | 14.43 | 98 | 1.46 | 5.11 | 10.42 |
| | 1 блюдо | 139 | Суп гороховый с мясом | 300 | 10.01 | 101 | 3.5 | 3.90 | 20.70 |
| | 2 блюдо | 489 | Рагу из птицы | 280 | 27.04 | 491 | 20.70 | 16.40 | 37.90 |
| напиток | | 685 | Чай с сахаром | 200 | 3.26 | 145.2 | 3.52 | 3.72 | 25.49 |
| | хлеб бел. | тк №1 | Хлеб пшеничный | 40 | 2.40 | 76 | 2.64 | 0.44 | 15.04 |
| хлеб черн. | | тк №1 | Хлеб ржаной | 60 | 2.24 | 76 | 2.64 | 0.44 | 15.04 |
| | ИТОГО | | | | 59.38 | | | | |

Итого: 109руб.01 коп

Повар: /М.В.Соколова