



«Утверждаю»

Директор школы А.Н.Силантьев

Меню на 08.09.2022 г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	679	Каша молочная пшениная	200	20.18	306	8.8	7.62	50.5
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	2.83	81	0.2	0	14.6
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	4.21	76	2.64	0.44	15.04
			Банан	255	31.14	71	5.6	6.6	12.6
			Конфеты	40	10.08	60	6.2	5	33.1
Обед	закуска	12	Салат из зеленого горошка	90	9.33	96	1.55	5.08	9.4
	1 блюдо	142	Суп рыбный	300	14.22	129	11.62	5.2	18.75
	2 блюдо	489	Рагу из птицы	250	32.53	491	20.7	16.4	37.9
	напиток	639	Компот из сухофруктов	200	2.98	142	1.6	0	33.4
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	4.21	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	60	2.41	76	2.64	0.44	15.04
			Печенье	40	9.25	96	2.1	1.5	2.1
ИТОГО					133,34				
Завтрак	гор.блюдо	679	Каша молочная пшениная	200	20.18	306	8.8	7.62	50.5
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	2.83	81	0.2	0	14.6
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.78	76	2.64	0.44	15.04
			Банан	255	31.14	71	5.6	6.6	12.6
			Конфеты	20	6.79	60	6.2	5	33.1
Обед	закуска	12	Салат из зеленого горошка	60	5.51	96	1.55	5.08	9.4
	1 блюдо	142	Суп рыбный	250	14.22	129	11.62	5.2	18.75
	2 блюдо	489	Рагу из птицы	250	32.53	491	20.7	16.4	37.9
	напиток	639	Компот из сухофруктов	200	2.98	142	1.6	0	33.4
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.78	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	40	1.87	76	2.64	0.44	15.04
			Печенье	40	9.73	96	2.1	1.5	2.1
ИТОГО					143,37				

Повар : _____ Соколова М.В.