

Утверждаю  
 Директор школы Савельева А.Н. Силантьев  
 И-В ИЖОНИКХОВСКОЙ ОТЦСЭР

Меню на 05.04.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша манная молочная	200	19.25	187.0	3.07	2.77	0.15
	напиток	692	Кофейный напиток	200	9.70	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	3.04	76	2.64	0.44	15.04
Обед			Йогурт	95	16.87	63	5.08	4.60	0.28
			Печенье	30	5.14	96	2.10	1.50	2.10
	закуска	50	Салат из соленых огурцов	100	0.47	94	1.46	5.11	10.42
	1 блюдо	124	Щи из мяса кур	250	18.93	101	4.90	6.66	10.81
	2 блюдо	286	Тефтели	80	22.75	223	11.78	12.91	14.9
Итого	Гарнир	297	Каша гречневая	200	8.33	239	4.50	6.75	38.40
	напиток	685	Чай с сахаром	200	3.98	81	0.20	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	3.04	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	60	1.50	76	2.64	0.44	15.04
					113,00				
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша манная молочная	200	19.62	187.0	3.07	2.77	0.15
	напиток	685	Сок	200	23.28	78	2.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	2.50	76	2.64	0.44	15.04
Обед			Конфеты	45	12.6	96	6.2	5	33.1
	закуска	1121	Огурец порционно	25	4.11	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	124	Щи из мяса кур	300	18.93	101	4.90	6.66	10.81
	2 блюдо	286	Тефтели	100	22.75	223	11.78	12.91	14.9
	Гарнир	297	Каша гречневая	200	8.33	239	4.50	6.75	38.40
Итого	напиток	685	Чай с сахаром	200	3.98	81	0.20	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	2.50	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	60	2.90	76	2.64	0.44	15.04
Итого					121,50				

Повар: Сев /М.В.Соколова