

Утверждаю
 Директор школы *Силантьев*
 А.Силантьев

Меню на 12.04.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	451	Каша гречневая с молоком	200	23.71	185	15.70	27.74
	напиток	685	Чай с сахаром	200	3.98	81	0.00	14.60
	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	40	3.04	76	0.44	15.04
Обед			Йогурт	95	16.08	63	4.60	0.28
			Вафли	35	7.19	50	6.00	24.40
	закуска	12	Салат из кукурузы	35	5.67	96	5.08	9.4
	1 блюдо	132	Рассольник «Ленинградский»	250	13.93	431	6.92	20.00
	2 блюдо	437	Птица тушеная	80	20.26	150	7.74	2.19
	гарнир	41	Макароны отварные	200	11.91	145	1.18	33.12
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	2.74	145	3.72	25.49
хлеб бел.	тк		Хлеб пшеничный	40	3.04	76	0.44	15.04
	№1			40	1.45	76	0.44	15.04
хлеб черн.	тк		Хлеб ржаной	40	113.00			
	№1				22.33	185	15.70	27.74
Завтрак	гор.блюдо	451	Каша гречневая с молоком	250	22.33	185	15.70	27.74
	напиток	685	Чай с сахаром	200	3.98	81	0.00	14.60
	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	60	2.50	76	0.44	15.04
		тк	Батон	40	4.19	42	0.48	8.24
Обед			Сыр порционно	40	25.00	72	5.50	0.00
	закуска	12	Салат из кукурузы	35	5.49	96	5.08	9.4
	1 блюдо	132	Рассольник «Ленинградский»	300	14.48	167	6.92	20.00
	2 блюдо	437	Птица тушеная	100	23.57	150	7.74	2.19
	гарнир	41	Макароны отварные	200	11.92	145	1.18	33.12
гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	2.74	145	3.52	3.72	25.49
	тк		Хлеб пшеничный	60	2.50	76	0.44	15.04
хлеб бел.	№1			60	2.50	76	0.44	15.04
	тк			60	2.80	76	0.44	15.04
хлеб черн.	№1		Хлеб ржаной	60	121.50			
	тк			60	2.80	76	0.44	15.04
ИТОГО								

Итого: *Сол* /М.В.Соколова