

Утверждаю
А.Н.Силантьев

Директор школы

Меню на 04.03.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша манная молочная	200	17.22	187.0	3.07	2.77	0.15
	напиток	685	Сок	200	17.00	78	2	0	14.6
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.76	76	2.64	0.44	15.04
Обед			Мандарин	150	17.02	44	2.5	0	11.3
	закуска	50	Салат из свежей капусты	100	9.66	94	1.46	5.11	10.42
	1 блюдо	630	Суп полевой	250	14.30	190	11.27	8.30	3.05
	2 блюдо	286	Биточки	100	16.53	223	11.78	12.91	14.9
	Гарнир	417	Рис отварной	200	10.87	207	9.17	7.34	26.12
	напиток	685	Чай с сахаром	200	3.60	81	0.20	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.76	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	40	1.28	76	2.64	0.44	15.04
					113,00				
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша манная молочная	250	18.87	187.0	3.07	2.77	0.15
	напиток	685	Сок	200	16.93	78	2	0	14.6
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	1.93	76	2.64	0.44	15.04
Обед			Печенье	60	20.27	56	3.40	7.30	9.30
	закуска	1121	Салат из томатов	50	12.67	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	630	Суп полевой	300	14.30	190	11.27	8.30	3.05
	2 блюдо	286	Биточки	100	16.59	223	11.78	12.91	14.9
	Гарнир	417	Рис отварной	200	10.87	207	9.17	7.34	26.12
ИТОГО	напиток	685	Чай с сахаром	200	4.44	81	0.20	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	1.93	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	60	2.70	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					121,50				

Повар:  /М.В.Соколова