

Утверждаю

Директор школы Семетов А.Н. Силантьев

Меню на 24.11.2021г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белк и*	Жир ы	Углевод ы
Завтрак	гор.блюдо	438	Омлет	150	24,69	268.0	14.3	22.2	2.7
	гор.напиток	685	Сок	200	16,68	78	2	0	14.6
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	2,76	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак 2	сладкое		Шоколад	15	9,87	60	6.2	5	33.1
ИТОГО					54.00				
Завтрак	гор.блюдо	438	Омлет	150	20,51	268.0	14.3	22.2	2.7
	гор.напиток	685	Сок	200	16,68	78	2	0	14.6
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	2,76	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак 2	сладкое		Пряники	25	9,68	96	2.64	4.19	4.34
ИТОГО					49.63				
	закуска	1121	Огурец порционно	40	6,17	97	0.5	4.5	3.5
Обед	1 блюдо	110	Борщ из свежей капусты	300	9,97	117	1.90	6.66	10.81
	гарнир	124	Пюре гороховое	200	9,79	167	4.20	4.40	26.90
	2 блюдо	437	Птица тушеная	100	27,04	150	10.63	7.74	2.19
	напиток	692	Кофейный напиток	200	2,03	145.2	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2,27	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк.№ 1	Хлеб ржаной	60	2.11	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					59.38				

Повар: Сох /М.В.Соколова