



МЕНЮ

Вторник - 1 (возраст 7 - 11 лет)

Утверждаю
ИП Зиновьев Б.С.
Согласовано
Директор школы

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Салат из белокочанной капусты с морковью (Белки - 0,84 г, Жиры - 2,76 г, Углеводы - 6,18 г. Энергетическая ценность 52,80 Ккал)	60	
2	Биточки рыбные (Белки - 10,98 г, Жиры - 6,99 г, Углеводы - 13,22 г. Энергетическая ценность 160,20 Ккал)	90	
3	Каша рассыпчатая рисовая (Белки - 3,60 г, Жиры - 4,33 г, Углеводы - 37,53 г. Энергетическая ценность 203,55 Ккал)	150	
4	Чай с лимоном (Белки - 0,13 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 15,20 г. Энергетическая ценность 62,00 Ккал)	200/15/7	
5	Хлеб пшеничный (Белки - 2,37 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 14,49 г. Энергетическая ценность 70,14 Ккал)	30	
6	Хлеб ржано-пшеничный (Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал)	20	
7			
8	Итого	572	
	Стоимость		49,63

ОБЕД

1	Салат из моркови с сахаром (Белки - 0,74 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 6,89 г. Энергетическая ценность 49,02 Ккал)	60	
2	Борщ с капустой и картофелем (Белки - 1,80 г, Жиры - 4,92 г, Углеводы - 10,93 г. Энергетическая ценность 103,75 Ккал)	250	
3	Котлеты рубленные из бройлер-цыплят (Белки - 13,70 г, Жиры - 19,94 г, Углеводы - 13,81 г. Энергетическая ценность 289,80 Ккал)	90	
4	Картофельное пюре (Белки - 3,06 г, Жиры - 4,80 г, Углеводы - 20,44 г. Энергетическая ценность 137,25 Ккал)	150	
5	Сок абрикосовый (Белки - 0,90 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 22,86 г. Энергетическая ценность 95,04 Ккал)	180	
6	Хлеб пшеничный (Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал)	40	
7	Хлеб ржано-пшеничный (Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал)	20	
8	Итого	790	
9	Кислота аскорбиновая	35 мг	
	Стоимость		59,45