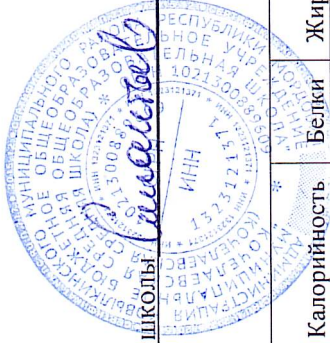


Утверждаю

Директор школы Силантьев А.Н.Силантьев



Меню на 29.11.2021г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	679	Каша молочная пшеничная	200	16.21	306	8.8	7.62	50.5
	гор.напиток	959	Какао с молоком	200	8.10	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.76	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак2		1	Бутерброд с маслом	10/40	10.85	150	2.30	9.10	15.50
	сладкое		Йогурт	95	16.08	96	2.64	4.19	4.34
ИТОГО					54				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	679	Каша молочная пшеничная	200	19.27	306	8.8	7.62	50.5
	гор.напиток	959	Какао с молоком	200	8.10	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	2.76	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак2	фрукты		Яблоко	150	19.5	48	1.5	0	10.2
	ИТОГО				49.63				
Обед	закуска	1121	Томат порционно	30	4.66	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	208	Суп с макаронными изделиями	300	9.84	105	2.69	2.84	17.14
	гарнир	520	Пюре картофельное	200	12.95	147	3.28	0.00	22.09
	2 блюдо	374	Рыба тушеная	100	24.94	112	8.90	5.65	54.00
	напиток	868	Компот из сухофруктов	200	2.61	94.2	0.04	0.00	24.76
ИТОГО	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.27	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной	60	2.11	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					59.38				

Повар: Соф /М.В.Соколова