

«Утверждаю»
 431310 Ковылкинский р-н
 Кочелаво
 ул. Школьная 1в
 20 г
 Кочелавская средняя
 общеобразовательная
 школа
 Муниципальное бюджетное
 общеобразовательное учреждение
 Ковылкинского
 муниципального района
 Республики Мордовия
 Администрация

Директор школы С.В. Силантьев

Меню на 12.10.2021г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша манная молочная	200	15.05	187.0	3.07	2.77	0.15
	гор.напиток		Сок	200	16.88	78	2	0	14.6
Завтрак 2	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.10	76	2.64	0.44	15.04
	Сладкое		Вафли	50	15.60	50	5	6	24.4
ИТОГО					49,63				
Обед	закуска	43	Салат из свежих огурцов	100	10.35	96	1.55	5.08	9.40
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем	300	8.84	101	4.90	6.66	10.81
	2 блюдо	286	Тефтели	100	16.42	223	11.78	12.91	14.9
	Гарнир	694	Картофельное пюре	200	7.25	183	4.08	6.40	27.26
	напиток	868	Компот из сухофруктов	200	3.18	94.2	0.04	0.00	24.76
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.16	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	60	2.00	76	2.64	0.44	15.04
			Конфеты	45	9.18	60	6.20	5.00	33.10
ИТОГО					59,38				

Повар : С.В. Соколова М.В.