

«Утверждаю»

Директор школы А.Н.Силантьев

Меню на 26.09.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	177	Каша рисовая молочная	200	26.68	333.0	6.0	11.7	50.9
	гор.напиток	685	Чай с лимоном	200	5.56	81	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.78	76	2.64	0.44	15.04
			Батон	40	4.70	42	1.20	0.48	8.24
Обед	закуска	1121	Сыр порционнo	40	24.00	82	5.30	5.50	0.00
	1 блюдо	630	Салат из свежих овощей	85	8.88	97	0.5	4.5	3.5
	2 блюдо	487	Суп крестьянский	250	16.56	190	11.27	8.30	3.05
	Гарнир	41	Птица отварная	90	21.83	223	22.3	14.2	0
	напиток	648	Макаронны отварные	200	12.57	145	49.58	1.18	33.12
	хлеб бел.	тк	Кисель из концентрата	200	5.55	116	1.36	0.00	29.02
ИТОГО	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб пшеничный	40	2.78	76	2.64	0.44	15.04
			Хлеб ржаной	40	1.45	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак	гор.блюдо	177	Каша рисовая молочная	200	20.19	333.0	6.0	11.7	50.9
	гор.напиток	685	Чай с лимоном	200	5.56	81	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	3.36	76	2.64	0.44	15.04
			Батон	40	4.26	42	1.20	0.48	8.24
Обед	закуска	1121	Сыр порционнo	40	24.00	82	5.30	5.50	0.00
	1 блюдо	630	Салат из свежих овощей	40	11.07	96	2.10	1.50	2.10
	2 блюдо	487	Суп крестьянский	90	6.98	97	0.5	4.5	3.5
	Гарнир	41	Птица отварная	300	16.56	190	11.27	8.30	3.05
ИТОГО	напиток	648	Кисель из концентрата	200	12.57	145	49.58	1.18	33.12
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	200	5.55	116	1.36	0.00	29.02
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб пшеничный	60	2.41	76	2.64	0.44	15.04
			Хлеб ржаной	60	3.36	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					143,37				

Повар : Соколова М.В.