

Утверждаю
 А.Н.Силантьев
 Директор школы

Меню на 22.02.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4	гор.блюдо	181	Каша манная молочная	200	15.70	187.0	3.07	2.77	0.15
	напиток	692	Кофейный напиток	200	6.71	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.76	76	2.64	0.44	15.04
		тк	Батон	40	4.10	42	1.20	0.48	8.24
Завтрак 2	сладкое		Сыр порционнно	40	21.00	72	5.30	5.50	0.00
			Вафли	15	3.73	50	5	6	24.4
Обед 1-4	витаминация		Апельсин		38,00				
	закуска	50	Салат из соленых огурцов	50	0.05	94	1.46	5.11	10.42
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем	250	12.70	101	4.90	6.66	10.81
	2 блюдо	286	Тефтели	100	17.79	223	11.78	12.91	14.9
	Гарнир	520	Пюре картофельное	200	21.40	147	3.28	0.00	22.09
	напиток	868	Компот из сухофруктов	200	3.02	94.2	0.04	0.00	24.76
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.76	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	40	1.28	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак 5-11	гор.блюдо	181	Каша манная молочная	200	14.24	187.0	3.07	2.77	0.15
	напиток	692	Кофейный напиток	200	6.71	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	1.93	76	2.64	0.44	15.04
	витаминация		Мандарин	220	35.12	50	5	6	24.4
Обед 5-11	закуска	50	Салат из соленых огурцов	50	0.55	94	1.46	5.11	10.42
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем	250	12.70	101	4.90	6.66	10.81
	2 блюдо	286	Тефтели	100	17.79	223	11.78	12.91	14.9
	Гарнир	520	Пюре картофельное	200	23.71	147	3.28	0.00	22.09
	напиток	868	Компот из сухофруктов	200	4.12	94.2	0.04	0.00	24.76
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	1.93	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	60	2.70	76	2.64	0.44	15.04

Повар: *Соф* /М.В.Соколова