

«Утверждаю»

Директор школы А.Н.Силантьев

Меню на 06.10.2021г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	160	Суп молочный вермишелевый	200	17.84	235.0	4.4	1.7	17.3
	гор.напиток	959	Какао с молоком	200	10.36	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	1.80	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак 2			Яйцо	1	8.47	63	5.08	4.60	0.28
	сладкое		Конфеты	50	11.16	60	6.20	5.00	33.10
ИТОГО					49,63				
Обед	закуска	43	Салат из свежих овощей	50	6.19	96	1.55	5.08	9.40
	1 блюдо	142	Суп рыбный	300	16.34	129	11.62	5.2	18.75
	2 блюдо	443	Плов с курицей	250	29.65	447	12.75	11.75	37.13
	напиток	685	Чай с сахаром	200	3.04	81	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	2.16	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	60	2.00	76	2.64	0.44	15.04
					59,38				

Повар : Соколова М.В.