

МЕНЮ

01 октября 2024 г.

Завтрак 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Соус сметанный	30		33,90	0,80	2,38	2,33
2	Кофейный напиток с молоком	200	12,00	86,00	3,87	2,86	11,19
3	Вареники с картофелем	120	30,40	229,70	5,78	8,68	32,11
4	Яблоко	120		53,30	0,50	0,50	11,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	30	1,99	140,60	4,56	0,48	29,52
итого		500	44,39	543,50	15,51	14,90	86,95

Обед 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Овощная нарезка "Ассорти"	60		12,50	0,74	0,08	2,20
2	<i>Борщ со свежей капустой и картофелем</i>	200		103,9	5,11	4,47	10,85
3	Рис отварной	150		195,8	3,5	4,30	35,76
4	Котлета рыбная запеченная	90		366,70	17,09	23,13	22,59
5	Компот из яблок и вишни	200		82,50	0,22	0,14	20,09
7	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	50		97,8	3,30	0,60	19,80
8	Нектарин						
итого			100,25	859,20	30,0	32,72	111,29
итого (зимний период)			0,00	752,69	26,87	28,35	119,99

Обед 5-11 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Овощная нарезка "Ассорти"	100	8,19	20,80	1,24	0,13	3,67
2	<i>Борщ со свежей капустой и картофелем</i>	250	8,05	129,9	6,34	5,57	13,55
3	Рис отварной	180	16,36	235,0	4,2	5,15	42,92
4	Котлета рыбная запеченная	100	37,30	407,50	18,99	25,68	25,11
5	Компот из яблок и вишни	200	12,94	82,5	0,22	0,14	20,09
6	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	60	3,25	117,4	4,00	0,70	23,80
7	Пирожок с повидлом	75	14,92	208,0	4,50	1,60	44,20
итого			101,01	1201,10	39,5	38,97	173,34
итого (зимний период)			101,01				

Ст. повар Фролова В.Д. Фролова
 Мед.сестра _____ Е.Б. Родионова

