

МЕНЮ

07 ноября 2024 г.

Завтрак 1-4 класс



№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Каша вязкая молочная овсянная	200	22,10	270,7			33,7
2	Кофейный напиток с молоком	200	11,67	86,0			11,19
3	Вафельная конфета\ Мандарин	80	26,67	266,2	9,61,7,2	40,76	29,52
4	Хлеб пшеничный	40	2,65	140,6	4,56	0,48	29,52
итого		520	63,09	622,90	11,77	55,22	74,39
итого (зимний период)			63,09				

Обед 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Салат из белок.капусты с огурцом "Зайчик"	60		31,30	1,24	0,21	6,12
2	Суп лапша домашняя	200		97,2	5,17	4,50	9,01
3	Жаркое по домашнему с говядиной	230		139,4	3,1	5,31	19,82
4	Компот из смородины	200		35,40	0,28	0,11	8,35
5	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	50		97,80	3,30	0,60	19,80
итого			100,3	401,10	13,1	10,73	63,10

Обед 5-11 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Салат из белок.капусты с огурцом "Зайчик"	100	4,25	52,20	2,07	0,35	10,19
2	Суп лапша домашняя	200	12,69	97,2	5,17	4,50	9,01
3	Жаркое по домашнему с говядиной	250	58,71	235,4	4,3	13,08	25,09
4	Компот из смородины	200	21,55	336,00	15,61	20,69	21,80
5	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	60	3,25	117,4	3,96	0,72	23,76
6	Булочка	80	16,00	376,5	13,29	15,00	46,68
итого			116,45	1214,7	44,44	54,34	136,53

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