

МЕНЮ

29 ноября 2024 г.

Завтрак 1-4 класс



№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Омлет натуральный	150	46,39	225,5			3,3
2	Чай витаминизированный	200	2,03	21,0		11	4,56
3	Хлеб пшеничный	50	3,32	140,6	4,36	0,48	29,52
4	Банан	130		122,9	1,95	0,65	27,30
итого		530	51,74	510,00	19,67	19,22	64,63

Обед 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Нарезка овощная "Ассорти"	60		12,50	0,74	0,08	2,20
2	Пельмени детские отварные с бульоном	200		364,40	17,99	18,75	30,93
3	Плов с птицей	230		364,40	17,99	18,75	30,93
4	Компот фруктовой ягодной смеси	200		54,70	0,48	0,15	12,83
5	Хлеб ржано-пшеничный	50		97,8	3,30	0,60	19,80
итого			100,25	796,00	40,5	38,33	96,69
итого (зимний период)			0,00				

Обед 5-11 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Салат из квашеной капусты	100	13,56	20,80	1,24	0,13	3,67
2	Пельмени детские отварные с бульоном	250	35,87	455,40	22,50	23,43	38,66
3	Плов с птицей	250	37,66	235,0	4,2	5,15	42,92
4	Компот фруктовой ягодной смеси	200	10,45	54,7	0,48	0,15	12,83
5	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,25	117,4	3,96	0,72	23,76
6	Сочник	50	16,00	260,8	9,40	9,80	35,90
итого			116,79	1144,1	41,81	39,38	157,74
итого (зимний период)			116,79				

Ст. повар *С.И.Сидорова* В.Д.Фролова
 Мед.сестра Е.Б.Родионова