

МЕНЮ

07 сентября 2023 г.

Завтрак 1-4 класс



№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Каша вязкая молочная овсяная	200	18,82	270,7	7,00	11,6	33,7
2	Кофейный напиток с молоком	200	10,55	86,0	3,87	2,86	11,19
3	Лепешка с сыром	100		266,2	9,61	7,2	29,52
	Хлеб пшеничный	20	1,22	140,6	4,56	0,48	29,52
итого		520	30,59	622,90	11,77	55,22	74,39
итого (зимний период)			30,59				

Обед 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Овощи натуральные порционные кукуруза	60		31,30	1,24	0,21	6,12
2	Суп овощной	200		97,2	5,17	4,50	9,01
3	Пюре картофельное	150		139,4	3,1	5,31	19,82
4	Тефтели Детские с овощами тушеные	90		302,30	14,05	18,64	19,62
5	Компот из смородины	200		35,40	0,28	0,11	8,35
6	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	50		97,80	3,30	0,60	19,80
итого			95,7	703,40	27,1	29,37	82,72

Обед 5-11 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Овощи натуральные кукуруза порционные	100	9,60	52,20	2,07	0,35	10,19
2	Суп овощной	200	11,59	97,2	5,17	4,50	9,01
3	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	24,32	235,4	4,3	13,08	25,09
4	Тефтели Детские с овощами	100	47,96	336,00	15,61	20,69	21,80
5	Компот из смородины	200	13,55	35,40	0,28	0,11	8,35
6	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	60	2,95	117,4	3,96	0,72	23,76
7	Ватрушка с творогом	75		376,5	13,29	15,00	46,68
итого			109,97	1250,1	44,72	54,45	144,88

Ст. повар В.Д. Фролова

Мед.сестра Е.Б. Родионова