

# МЕНЮ

14 сентября 2023 г.

## Завтрак 1-4 класс



№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Морковь в нарезке	50		20,2	0,8	0,06	4,1
2	Макаронны отварные	150	7,82	196,8	5,32	4,92	32,80
3	Тефтели детские с овощами тушеными	60	23,54	302,3	14,05	18,64	19,62
4	Хлеб пшеничный йодир.	40	2,44	140,6	4,56	0,48	29,52
5	Чай фруктовый	200	11,75	32,5	0,64	0,21	70,10
<b>итого</b>		<b>500</b>	<b>45,55</b>	<b>692,40</b>	<b>25,35</b>	<b>24,31</b>	<b>156,18</b>

## Обед 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	200		133,4	5,4	5,53	15,53
2	Каша гречневая рассыпчатая	150		186,3	7,1	3,70	31,20
3	Яйцо отварное	20		28,30	2,39	2,02	0,13
4	Фрикадельки детские	90		215,70	10,07	13,19	14,18
5	Компот из фруктовой ягодной смеси	200		54,70	0,48	0,15	12,83
6	Хлеб ржано- пшеничный йодир	50		97,8	3,30	0,60	19,80
<b>итого</b>			<b>95,72</b>	<b>716,20</b>	<b>28,7</b>	<b>25,19</b>	<b>93,67</b>
<b>итого (зимний период)</b>							

## Обед 5-11 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,17	166,7	6,70	6,90	19,40
2	Каша гречневая рассыпчатая	180	14,90	275,3	9,30	8,40	40,60
3	Фрикадельки детские	90	35,66	215,70	10,01	13,20	14,20
4	Яйцо отварное	30		42,40	3,60	3,00	0,20
5	Компот фруктовый ягодный	200	16,46	104,40	0,50	0,10	25,30
6	Хлеб ржано- пшеничный йодир	60	2,95	117,4	3,96	0,72	23,76
7	Пирожок печеный с повидлкви	75	17,15	394,0	7,50	13,20	60,90
<b>итого</b>			<b>92,29</b>	<b>1315,90</b>	<b>41,6</b>	<b>45,52</b>	<b>184,36</b>
<b>итого (зимний период)</b>							

Ст. повар Фролова В.Д. Фролова  
 Мед.сестра \_\_\_\_\_ Е.Б. Родионова