

# МЕНЮ

22 сентября 2023 г.

## Завтрак 1-4 класс

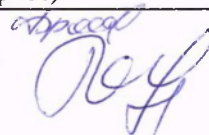

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Омлет натуральный	150	38,63	225,5	12,66	0,98	3,3
2	Чай витаминизированный	200	3,37	21,0	0,48	0,15	4,56
3	Хлеб пшеничный	50	3,05	140,6	4,36	0,48	29,52
4	Банан	130		122,9	1,95	0,65	27,30
<b>итого</b>		<b>530</b>	<b>45,05</b>	<b>510,00</b>	<b>19,67</b>	<b>19,22</b>	<b>64,63</b>

## 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	Рис с овощами	150		167,8	3,2	5,66	26,02
3	Пельмени детские отварные с бульоном	200		364,40	17,99	18,75	30,93
4	Котлеты рыбные запеченные под сметанно-луковым соусом	90		254,50	15,28	10,94	23,74
5	Компот фруктовой ягодной смеси	200		54,70	0,48	0,15	12,83
6	Хлеб ржано-пшеничный	50		97,8	3,30	0,60	19,80
<b>итого</b>			<b>95,72</b>	<b>853,90</b>	<b>41,0</b>	<b>36,18</b>	<b>115,52</b>
<b>итого (зимний период)</b>			<b>0,00</b>				

## Обед 5-11 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Нарезка овощная Ассорти	100	8,82	20,80	1,24	0,13	3,67
2	Рис отварной	180	24,07	235,0	4,2	5,15	42,92
3	Котлета рыбная запеченная под сметанно-луковым соусом	90	32,28	254,50	15,28	10,94	23,74
4	Пельмени детские отварные с бульоном	250	39,73	455,40	22,50	23,43	38,66
5	Компот фруктовой ягодной смеси	200	9,49	54,7	0,48	0,15	12,83
6	Сочник	50	15,65	260,8	9,40	9,80	35,90
7	Хлеб ржано-пшеничный	60	2,95	117,4	3,96	0,72	23,76
<b>итого</b>			<b>132,99</b>	<b>1398,6</b>	<b>57,09</b>	<b>50,32</b>	<b>181,48</b>
<b>итого (зимний период)</b>			<b>132,99</b>				

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

