

Утверждаю

Директор школы

3 день



Меню

06.04.2022г.

Горячее питание для 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,98	2,47	4,37	43,74
Омлет натуральный	120	4,78	19,20	2	224
Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	62,00
Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Завтрак льготной категории 5-11кл (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,98	2,47	4,37	43,74
Омлет натуральный	120	4,78	19,20	2	224
Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	62,00
Льготный обед с 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	40	0,37	0,033	1,16	6,66
Суп картофельный с бобовыми	200	4,60	3,40	15,60	112,00
Тефтели рыбные с соусом	80/20	8,26	8,05	11,76	152,50
Картофельное пюре	150	3,30	4,80	21,50	141,90
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,89	114,60
Мандарин свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06
Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
Льготный обед с 12 лет и старше					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	60	0,56	0,05	1,75	10,00
Суп картофельный с бобовыми	250	5,89	4,25	19,50	140,00
Тефтели рыбные с соусом	90/20	9,29	9,05	13,23	171,56
Картофельное пюре	180	3,96	5,76	25,80	170,28
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,89	114,60
Мандарин свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66

Зав.производством:

