

Утверждаю
Директор школы :
Э.В.Польняк



10.12.2021 г.

МЕНЮ

5 день

<i>Горячее питание завтрак для 7-11 лет</i>					
	<i>Выход с 7-11 лет</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>	<i>э/ц ккл</i>
Молочная рисовая каша	200	13,30	9,12	43,10	307,50
Яйцо вареное	1	5,08	4,60	0,28	62,80
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	6,6
Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	95,00
Хлеб пшеничный	35	2,37	0,30	13,86	70,14
<i>Льготный обед 7-11 лет</i>					
	<i>Выход 7-11 лет</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>	<i>э/ц ккл</i>
Огурец консервир	50	0,85	3,6	4,9	55,68
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83
Рыба припущенная	55	0,9	4,88	0,46	84
Рагу из овощей	150	2,89	5,66	20,01	150,15
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	27,88	114,6
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	13,86	70,14
Хлеб ржаной	30	1,6	0,33	14,1	68,97
<i>Льготный обед 12 лет и старше</i>					
	<i>Выход 12 лет и старше</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>	<i>э/ц ккл</i>
Огурец консервир	50	0,85	3,6	4,9	55,68
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,99	6,24	11,43	119,06
Рыба припущенная	55	0,9	4,88	0,46	84
Рагу из овощей	180	3,21	6,28	22,21	166,67
Компот из свежих фруктов	200	0,68	0,28	20,76	88,20
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Хлеб ржаной	35	2,23	0,44	18,75	91,73

Зав.производством: