

Меню

23 Марта

Завтрак младшие

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<i>Завтрак (младшие)</i>					
Каша гречневая молочная вязкая с маслом сливочным	180/5	9,74	13,06	9,83	204,40
Чай с сахаром с лимоном	190/10	0,07	0,02	7,85	29,80
Печенье	50	3,70	4,70	36,55	203,50
Батон нарезной	65	4,87	1,88	33,38	170,13
Итого	500	18,38	19,66	87,61	607,83
<i>Обед (младшие)</i>					
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1,57	2,69	18,93	91,10
Запеканка картофельная с мясом	50/130	15,09	19,59	28,15	365,09
Огурцы соленые (доп.гарнир)	50	0,40	0,05	0,85	5,00
Компот из свежих яблок	200	0,66	0,09	20,04	84,80
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10
Итого	700	22,21	23,12	95,63	682,09
ВСЕГО	1200	40,59	42,78	183,24	1289,92
<i>Горячий завтрак (старшие)</i>					
Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным	240/10	17,54	22,85	34,00	436,57
Огурцы соленые (доп.гарнир)	30	0,24	0,03	0,51	3,00
Чай с сахаром с лимоном	200	0,66	0,09	20,04	84,80
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	640	23,10	23,97	90,97	701,27
<i>Завтрак (старшие для детей мобилизованных)</i>					
Печенье	30	2,22	2,82	21,93	122,10
Каша гречневая молочная (жидкая)	250	11,30	10,79	43,87	319,25
Чай с сахаром с лимоном	190/10	0,07	0,02	7,85	29,20
Батон нарезной	75	5,63	2,18	38,55	196,50
Итого	555	21,57	21,86	100,47	667,05
<i>Обед (старшие для детей мобилизованных)</i>					
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	2,06	6,42	11,29	119,95
Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным	240/10	17,54	22,85	34,00	436,57
Огурцы соленые (доп.гарнир)	30	0,24	0,03	0,51	3,00
Компот из свежих яблок	200	0,66	0,09	20,04	84,80
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	800	25,76	28,89	112,48	776,22
ВСЕГО	1355	47	51	213	14438



Директор школы

Зав. производством