

Меню

3 Мая

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<i>Завтрак (младшие)</i>					
Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/3	5,68	6,51	36,88	229,51
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00
Итого	503	9,9	8,38	80,38	439,51
<i>Обед (младшие)</i>					
Суп-лапша домашняя с картофелем	200	4,05	7,43	9,30	17,60
Котлеты «Нежные» из куриных грудок	90	7,70	6,03	0,39	79,80
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/3	3,68	7,55	10,73	229,50
Кукуруза к/с (доп. гарнир)	30	0,93	0,06	1,95	12,01
Кисель	200	0,60	0,10	30,20	123,60
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10
Итого	738	21,45	21,87	80,23	598,61
<i>Горячий завтрак (старшие)</i>					
Кукуруза к/с (доп. гарнир)	50	0,93	0,06	1,95	12,01
Котлеты «Нежные» из куриных грудок	100	13,22	13,44	15,32	262,00
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	180/3	4,38	6,45	44,02	251,64
Чай с сахаром	200	0,70	0,20	8,00	32,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	593	23,49	20,75	95,93	687,55
<i>Завтрак (старшие для детей мобилизованных)</i>					
Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	7,59	7,48	49,22	295,01
Чай с сахаром	200	0,70	0,20	8,00	32,00
Батон нарезной	60	4,50	1,74	30,84	157,20
Итого	610	13,19	9,82	97,86	531,21
<i>Обед (старшие для детей мобилизованных)</i>					
Суп-лапша домашняя с картофелем	250	2,57	5,54	11,62	115,75
Котлеты «Нежные» из куриных грудок	100	13,22	13,44	15,32	262,00
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	180/3	4,38	6,45	44,02	251,64
Кукуруза к/с (доп. гарнир)	50	0,93	0,06	1,95	12,01
Кисель	200	0,60	0,10	30,20	123,60
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	843	25,96	26,19	129,75	894,9

Директор школы

Зав. столовой

