

Меню

11 Марта

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак старшие (для детей мобилизованных)</b>					
Бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40	2,36	7,49	14,89	136,00
Омлет натуральный с маслом сливочным	250	15,27	25,01	4,47	315,76
Кисель	200	0,60	0,10	30,20	123,60
Батон нарезной	60	4,50	1,74	30,84	157,20
<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>22,73</b>	<b>24,14</b>	<b>91,40</b>	<b>712,16</b>
<b>Горячий завтрак (старшие)</b>					
Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Тефтели куриные с рисом паровым	100	13,67	11,77	9,85	187,30
Каша пшеничная вязкая на воде с маслом сливочным	180/3	4,83	9,27	29,51	214,63
Напиток из апельсинов	200	0,20	0,10	19,82	68,12
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
<b>Итого</b>	<b>643</b>	<b>23,36</b>	<b>22,14</b>	<b>95,61</b>	<b>646,61</b>
<b>Обед старшие (для детей мобилизованных)</b>					
Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Суп картофельный с крупой (пшено)	250	1,97	2,71	12,11	85,75
Тефтели куриные с рисом паровым	100	13,67	11,77	9,85	187,30
Каша пшеничная вязкая на воде с маслом сливочным	180/3	4,83	9,27	29,51	214,63
Напиток из апельсинов	200	0,20	0,10	19,82	68,12
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,80	59,40
<b>Итого</b>	<b>863</b>	<b>25,75</b>	<b>26,61</b>	<b>110,15</b>	<b>776,20</b>
<b>Всего</b>	<b>1413</b>	<b>48</b>	<b>51</b>	<b>202</b>	<b>1488</b>

Директор школы

Зав. столовой

