Меню

11 Мая

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак (младшие)					
Бутерброд с повидлом и маслом сливочным	30/15/5	2,38	3,87	24,25	141,50
Каша пшеничная молочная	200	8,58	9,98	12,1	186,8
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00
Итого	**500**	**14,78**	**15,32**	**70,08**	**491,30**
Обед (младшие)					
Печенье	30	2,22	2,82	21,93	122,10
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	3,80	4,82	20,33	9,70
Котлеты Здоровье из куриных грудок	90	6,25	12,24	0,82	120,63
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,88	17,96	146,10
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	9,84	47,00
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10
Итого	**743**	**22,60**	**23,62**	**99,61**	**671,23**
ВСЕГО	**1243**	**37,38**	**38,94**	**169,69**	**1162,53**
Горячий завтрак (старшие)					
Печенье	30	2,22	2,82	21,93	122,10
Котлеты Здоровье из куриных грудок	100	9,50	15,55	5,47	189,59
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	180/3	6,82	2,98	38,35	207,36
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	**573**	**23,50**	**22,15**	**100,39**	**680,95**
Завтрак (старшие для детей мобилизованных)					
Бутерброд с повидлом и маслом сливочным	30/15/5	2,38	3,87	24,25	141,50
Каша пшеничная молочная	230	12,98	14,00	40,9	315,90
Чай с сахаром	200	0,70	0,20	8,00	32,00
Батон нарезной	70	5,25	2,03	35,98	183,40
Итого	**550**	**21,38**	**21,90**	**99,13**	**672,80**
Обед (старшие для детей мобилизованных)					
Печенье	30	2,22	2,82	21,93	122,10
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	2,22	5,84	12,87	122,60
Котлеты Здоровье из куриных грудок	100	9,50	15,55	5,47	189,59
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	180/3	6,82	2,98	38,35	207,36
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	10,91	46,60
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	**828**	**25,68**	**27,95**	**116,17**	**818,15**
ВСЕГО	**1378**	**47,06**	**49,85**	**215,30**	**1490,95**

Директор школы

Зав. столовой

МБОУ «СОШ № 5» НМР РТ