

# Меню

## 13 Марта

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<i>Завтрак (младшие)</i>					
Каша молочная геркулесовая	200	2,03	3,86	19,00	105,00
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00
Печенье	50	3,70	4,70	36,55	203,50
Батон нарезной	70	9,25	7,03	35,98	152,40
<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>15,05</b>	<b>15,61</b>	<b>70,05</b>	<b>492,90</b>
<i>Обед (младшие)</i>					
Суп картофельный с вермишелью	200	2,15	3,27	123,96	94,60
Котлеты «Столичные» мясо - куриные	90	10,62	11,55	19,53	208,00
Каша гречневая рассыпчатая маслом сливочным	150/3	4,60	7,19	20,56	165,30
Сок фруктовый (нектар плодовый)	200	1,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10
<b>Итого</b>	<b>708</b>	<b>22,86</b>	<b>22,71</b>	<b>101,91</b>	<b>688,80</b>
<b>ВСЕГО</b>	<b>1228</b>	<b>37,91</b>	<b>38,32</b>	<b>171,96</b>	<b>1181,70</b>
<i>Горячий завтрак (старшие)</i>					
Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Котлеты «Столичные» мясо - куриные	100	7,36	11,50	9,14	192,02
Каша гречневая рассыпчатая маслом сливочным	180/3	10,34	9,49	46,41	312,30
Чай с сахаром	200	0,70	0,20	8,00	32,00
Хлеб пшеничный	30	2,028	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
<b>Итого</b>	<b>643</b>	<b>23,06</b>	<b>22,19</b>	<b>99,99</b>	<b>713,22</b>
<i>Завтрак (старшие для детей мобилизованных)</i>					
Каша молочная геркулесовая	250	8,19	12,94	28,01	245,40
Чай с сахаром	200	0,70	0,20	8,00	32,00
Печенье	30	2,22	2,82	21,93	122,10
Батон нарезной	70	5,25	2,03	35,98	183,40
<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>17,36</b>	<b>17,99</b>	<b>80,23</b>	<b>571,10</b>
<i>Обед (старшие для детей мобилизованных)</i>					
Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Суп картофельный с вермишелью	250	2,69	2,84	17,46	118,25
Котлеты «Столичные» мясо - куриные	100	7,36	11,50	9,14	192,02
Каша гречневая рассыпчатая маслом сливочным	180/3	10,34	9,49	46,41	312,30
Сок фруктовый (нектар плодовый)	200	1,00	0,00	20,20	84,80
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>893</b>	<b>26,05</b>	<b>26,83</b>	<b>119,65</b>	<b>854,27</b>
<b>ВСЕГО</b>	<b>1443</b>	<b>43,41</b>	<b>44,82</b>	<b>199,88</b>	<b>1425,37</b>

Директор школы

Зав. столовой

