

**Меню**  
**16 Марта**

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<i>Завтрак (младшие)</i>					
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
<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>14,78</b>	<b>15,32</b>	<b>70,08</b>	<b>491,30</b>
<i>Обед (младшие)</i>					
Печенье	30	2,22	2,82	21,93	122,10
Рассольник Домашний 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
Напиток из Апельсина	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
<b>Итого</b>	<b>743</b>	<b>22,60</b>	<b>23,62</b>	<b>99,61</b>	<b>671,23</b>
<b>ВСЕГО</b>	<b>1243</b>	<b>37,38</b>	<b>38,94</b>	<b>169,69</b>	<b>1162,53</b>
<i>Горячий завтрак (старшие)</i>					
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
<b>Итого</b>	<b>573</b>	<b>23,50</b>	<b>22,15</b>	<b>100,39</b>	<b>680,95</b>
<i>Завтрак (старшие для детей мобилизованных)</i>					
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
<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>21,38</b>	<b>21,90</b>	<b>99,13</b>	<b>672,80</b>
<i>Обед (старшие для детей мобилизованных)</i>					
Печенье	30	2,22	2,82	21,93	122,10
Рассольник Домашний 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	2000	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
<b>Итого</b>	<b>828</b>	<b>25,68</b>	<b>27,95</b>	<b>116,17</b>	<b>818,15</b>
<b>ВСЕГО</b>	<b>1378</b>	<b>47,06</b>	<b>49,85</b>	<b>215,30</b>	<b>1490,95</b>

Директор школы

Зав. столовой

