

Меню

17 Марта

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак (младшие)					
Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Каша рисовая молочная (вязкая) с маслом сливочным	150/5	6,48	10,31	26,52	209,33
Какао с молоком	200	4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной	50	3,76	1,74	30,84	132,00
Итого	505	14,72	15,99	69,77	446,93
Обед (младшие)					
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,84	3,61	4,96	55,68
Суп картофельный с крупой (пшено)	200	4,57	3,17	9,70	42,00
Жаркое из птицы (куриных грудок) 50/150	50/150	12,01	15,27	49,76	373,54
Напиток из сухофруктов 75С	200	0,70	0,10	32,00	132,80
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10
Итого	725	22,61	22,85	104,08	740,12
ВСЕГО	1230	37,33	38,84	173,85	1187,05
Горячий завтрак (старшие)					
Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Жаркое из птицы (куриных грудок) 50/200	250	16,21	22,21	36,30	452,03
Напиток из сухофруктов 75С	200	0,66	0,09	20,04	84,80
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	610	21,53	23,30	92,78	713,73
Завтрак (старшие для детей мобилизованных)					
Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Каша рисовая молочная (вязкая) с маслом сливочным	150/5	9,85	12,79	37,43	267,82
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00
Итого	585	18,08	18,18	80,42	564,42
Обед (старшие для детей мобилизованных)					
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	100	1,41	11,00	8,26	137,80
Суп картофельный с крупой (пшено)	250	1,97	2,71	12,11	95,75
Жаркое из птицы (куриных грудок) 50/200	250	16,21	22,21	36,30	452,03
Напиток из сухофруктов 75С	200	0,66	0,09	20,04	84,80
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	860	29,95	33,61	127,70	905,28
ВСЕГО	1445	48,03	51,79	208,12	1469,70

Директор школы

Зав. столовой

