

Меню

19 Апреля

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак (младшие)					
Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/3	5,68	6,51	36,88	229,51
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00
Итого	503	9,9	8,38	80,38	439,51
Обед (младшие)					
Суп-лапша домашняя с картофелем	200	4,05	7,43	9,30	17,60
Котлеты «Нежные» из куриных грудок	90	7,70	6,03	0,39	79,80
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/3	3,68	7,55	10,73	229,50
Кукуруза к/с (доп. гарнир)	30	0,93	0,06	1,95	12,01
Кисель	200	0,60	0,10	30,20	123,60
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10
Итого	738	21,45	21,87	80,23	598,61
Горячий завтрак (старшие)					
Кукуруза к/с (доп. гарнир)	50	0,93	0,06	1,95	12,01
Котлеты «Нежные» из куриных грудок	100	13,22	13,44	15,32	262,00
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	180/3	4,38	6,45	44,02	251,64
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	593	23,49	20,75	95,93	687,55
Завтрак (старшие для детей мобилизованных)					
Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	7,59	7,48	49,22	295,01
Чай с сахаром	200	0,70	0,20	8,00	32,00
Батон нарезной	60	4,50	1,74	30,84	157,20
Итого	610	13,19	9,82	97,86	531,21
Обед (старшие для детей мобилизованных)					
Суп-лапша домашняя с картофелем	250	2,57	5,54	11,62	115,75
Котлеты «Нежные» из куриных грудок	100	13,22	13,44	15,32	262,00
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	180/3	4,38	6,45	44,02	251,64
Кукуруза к/с (доп. гарнир)	50	0,93	0,06	1,95	12,01
Кисель	200	0,60	0,10	30,20	123,60
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	843	25,96	26,19	129,75	894,9

Директор школы

Зав. столовой

