

# МЕНЮ

## 19 Октября

### Завтрак (младшие)

	выход	белки	жиры	Угл-ды	ккал
Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/5	7,74	17,05	38,44	248,82
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00
Батон нарезной	50	3,76	1,74	30,84	132,00
		<b>18,97</b>	<b>19,21</b>	<b>87,08</b>	<b>567,82</b>

### Обед (младшие)

Суп –лапша домашняя с картофелем	200	2,05	2,22	12,55	87,20	
Плов с куриными грудками	50/150	19,58	13,54	41,38	363,62	
Квашенная капуста (доп.гарнир)	50	0,92	0,61	3,60	32,60	
Кисель	200	0,06	0,06	30,20	123,50	
Хлеб ржаной	45	2,96	0,81	26,73	133,65	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,54	17,78	88,92	
		<b>106-00</b>	<b>27,85</b>	<b>28,21</b>	<b>120,27</b>	<b>799,44</b>

### Обед старшие

Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125,10	
Плов с куриными грудками (50/200)	250	20,42	15,69	49,96	419,54	
Квашенная капуста (доп гарнир)50гр	50	0,92	0,61	3,60	32,60	
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	36,60	
		<b>78-00</b>	<b>22,73</b>	<b>23,68</b>	<b>94,16</b>	<b>653,84</b>

Директор школы

Зав. производством

