

МБОУ "СОШ№11" г.Нижнекамск

МЕНЮ на 08.04.2023

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак старшие					
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Тефтели куриные с рисом паровые	100	9,1	12,4	10,5	190
Каша пшеничная вязкая на воде с маслом сливочным	180\3	5,6	4,46	81,8	620
Напиток из замороженных фруктов	200	1,5	1,35	28	155
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	36,6
Итого:	628	21,77	23,57	98,43	646,38

Дополнительное питание детей мобилизованных

Завтрак

Бутерброд с маслом сливочным(30\10)	40	2,33	8,12	15,55	144,5
Омлет натуральный с маслом сливочным	250	20,26	26,2	3,66	331,62
Кисель	200	3,17	2,68	9,98	60,1
Батон нарезной	60	4,5	1,74	30,84	157,2

Обед

Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Суп картофельный скрупой(пшено)	250	2,69	2,84	17,46	118,25
Тефтели куриные с рисом паровые	100	13,71	15,39	9,94	220,29
Каша пшеничная вязкая на воде с маслом сливочным	180\3	4,82	7,26	29,48	202,49
Напиток из замороженных фруктов	200	0,2	0,12	21,45	89
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,16	9,84	47
Итого:	1403	55	56	224	1581

И.о. директора

Шеф повар:



Синявина М.Р.

Моравская Л.И.