

# МЕНЮ

на 19 мая 2023г.

МБОУ "СОШ № 11" г. Нижнекамск

## Наименование продуктов

### Завтрак(младшие)

	Выход	Белки	Жиры	Угл-ы	Ккал
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Запеканка из творога со сгущенным молоком	130\20	14,29	17,4	27,82	364,9
Чай с сахаром и лимоном	187\8\5	0,13	0,02	8,2	34,02
Батон нарезной	50				
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>20,09</b>	<b>20,65</b>	<b>79,65</b>	<b>600,9</b>

### Завтрак (старшие)

Суп гороховый с гречками	250\10	10,62	7,83	23,6	394,3
Запеканка из творога с молоком сгущенным	170\30	9,98	16,24	55,06	242,8
Чай с сахаром и лимоном	187\8\5	0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб ржаной	30	4,46	0,81	26,73	133,7
<b>Итого:</b>	<b>690</b>	<b>23,36</b>	<b>22,14</b>	<b>95,61</b>	<b>647</b>

**Цена: 78-50**

### Обед (младшие)

Суп гороховый с гречками	200\10	7,49	18,58	20,36	487,6
Птица тушеная в сметанно-томатном соусе	50\50	11,65	11,66	3,51	166
Макароньы отварные с маслом сливочным	150	5,71	4,27	31,95	189
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	14,9	62,73
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	45	2,9	0,6	19,8	99
<b>Итого:</b>	<b>725</b>	<b>28,29</b>	<b>27,4</b>	<b>112</b>	<b>863,3</b>

**Цена: 114,64**

### Дополнительное питание для детей мобилизованных

#### Завтрак

Яблоко	100	6,27	7,03	14,83	155
Каша молочная ячневая	240	5,96	7,22	41,38	255
Чай с сахаром и лимоном	185\15	0	0	25,2	96,07
Батон нарезной	60	4,5	1,74	30,84	157,2
<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>23,62</b>	<b>23,06</b>	<b>100,4</b>	<b>705,1</b>

#### Обед

Суп гороховый с гречками	200\30	10,62	7,83	23,6	394,3
Запеканка из творога с молоком сгущенным	250	11,93	16,24	45,06	343,8
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	14,9	62,73
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,73	118,8
<b>Итого:</b>	<b>810</b>	<b>32,78</b>	<b>32,37</b>	<b>128,3</b>	<b>924</b>

**Цена: 119-00**



Директор:

Михайленко С.О.

Шеф повар:

Моравская Л.И.

