

МБОУ "СОШ № 11" г.Нижнекамск

МЕНЮ на 20 февраля

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ы	Ккал
Завтрак(младшие)					
Бутерброд с маслом сливочным(30\10)	40	2,33	08.дек	15,55	144,6
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180\5	4,62	5,81	34,76	189
Чай с сахаром и яблоком	200	0,75	0,06	27,93	116,4
Батон нарезной	75	5,6	2,16	38,36	195,52
Итого:	500	18,49	19,5	82,99	584,57
Завтрак старшие					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66
Котлеты по-хлыновский	100	10,8	11,33	6,7	287,34
Макароны отварные с маслом сливочным	180\5	6,83	2,93	38,29	206,96
Чай с сахаром с яблоком	200	0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб пшеничный\хлеб ржаной	30\25	3,93	0,54	24,66	120
Итого:	550	21,75	22,11	98,75	707,48
Обед (младшие)					
Щи из св.капусты с картофелем,со сметаной	200\10	1,68	5,64	6,68	87,99
Котлеты по-хлыновски	90	10,8	11,33	6,7	287,34
Макароны отварные с маслом сливочным	180\3	6,83	2,93	38,29	206,96
Сок фруктовый(нектар плодовый)	200	1	0,2	20,2	85,34
Хлеб ржаной	45	2,96	0,54	17,78	88,92
Итого:	728	26,19	28,33	112	787,82
Дополнительное питание для детей мобилизованных					
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным(30\10)	40	2,33	8,12	15,55	144,6
Каша "Дружба"молочная с маслом сливочным	180\5	5,45	7,16	30,11	207,77
Чай с сахаром ,с яблоком	200	0,11	0,06	8,97	36,68
Батон нарезной	75	5,6	2,16	38,36	195,52
Итого:	500	18,49	19,5	82,99	584,57
Обед					
Масло сливочное порциями	10	0,08	7,25	0,13	66
Щи из св.капусты с картофелем, со сметаной	250\5	2,03	5,62	8,26	106
Котлеты по-хлыновский	100	10,8	11,33	6,7	287,34
Макароны отварные с маслом сливочным	180\5	6,83	2,93	38,29	206,96
Сок фруктовый(нектар плодовый)	200	1	0,2	20,2	85,34
Хлеб пшеничный\ржаной	30\25	3,93	0,54	24,66	120,5
Итого:	805	31,67	31,87	128,2	912,14 119руб

Директор:

Михайленко С.О.

Шеф.повар:

Моравская Л.И.

