

МБОУ "СОШ №11" г.Нижнекамск

Меню 28 апреля 2023г.

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ы	Ккал
<b>Завтрак(младшие)</b>					
Фрукты (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша рисовая молочная(вязкая) с маслом	150\5	5,68	6,51	36,88	229,5
Какао с молоком	200	10,08	3,54	7,6	78,8
Батон нарезной	50	3,76	1,74	30,84	132
<b>Итого:</b>	<b>505</b>	<b>19,92</b>	<b>19,19</b>	<b>85,12</b>	<b>578,2</b>

<b>Завтрак (старшие)</b>					
Фрукты(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Жаркое из куриных грудок(50\200)	250	9,74	12,18	6,4	143,8
Напиток из сухофруктоф	200	0,7	0,1	32	132,8
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4
Хлеб ржаной	30	1,32	0,24	7,92	39,6
<b>Итого:</b>	<b>610</b>	<b>23</b>	<b>22,29</b>	<b>99,02</b>	<b>701,3</b>
<b>Цена:</b>	<b>78-50</b>				

<b>Обед (младшие)</b>					
Салат из свеклы отварной с растит.маслом	60	1	3,61	4,96	55,68
Суп картофельный с крупой(пшено)	200	2,54	5,98	17,04	131,4
Жаркое из птицы(куриных грудок)	50\150	12,01	15,27	49,76	373,5
Напиток из сухофруктов	200	0,7	0,1	32	132,8
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	45	2,92	0,6	19,8	99
<b>Итого:</b>	<b>725</b>	<b>22,61</b>	<b>22,85</b>	<b>104,1</b>	<b>740,1</b>
<b>Цена:</b>	<b>114-64</b>				

**Дополнительное питание для детей мобилизованных**

<b>Завтрак</b>					
Яблоки	100	2,33	8,12	15,55	144,6
Каша рисовая молочная(вязкая) с маслом сли	230\5	7,59	7,48	49,22	295
Какао с молоком	200	10,08	3,54	7,6	78,7
Батон нарезной	50	3,76	1,74	30,84	132
<b>Итого:</b>	<b>585</b>	<b>23,25</b>	<b>21,97</b>	<b>98,73</b>	<b>701,7</b>

<b>Обед</b>					
Салат из свеклы отварной с маслом	100	0,4	0,4	9,8	47
Суп картофельный с крупой(пшено)	250	2,54	5,98	17,04	131,4
Жаркое из птицы(куриных грудок)	250	12,5	8,04	6,46	189,6
Напиток из сухофруктов (75*С)	200	0,7	0,1	32	132,8
Хлеб пшеничный	30				
Хлеб ржаной	30	132	0,24	7,92	39,6
<b>Итого:</b>	<b>860</b>	<b>29,95</b>	<b>33,61</b>	<b>127,7</b>	<b>905,3</b>
<b>Цена:</b>	<b>119- 00</b>				

Директор:

Михайленко С.О.

Шеф повар:

Моравская Л.И.

