

03.12.2021

столовой общеобразовательной школы №11

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Завтрак (младшие)</b>					
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63
Каша пшенная молочная	200	7,5	10,52	42,2	290,13
Чай с сахаром и лимоном	185\10\5	0,2		13,7	53
Батон высший сорт	60	1,88	0,73	12,85	66
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>15,28</b>	<b>15,03</b>	<b>70,19</b>	<b>471,89</b>

**Горячий завтрак (старшие)**

Суп гороховый с гренками	250\10	7,03	9,3	26,45	223,28
Птица тушеная в смет томатном соусе	50/50	10,550	11,660	5,910	155
Макароны отварные	180	4,06	0,76	38,86	187,2
Чай с сахаром и лимоном	185\10\5	0,13	0,2	10,21	42
Хлеб дарницкий	30	2,28	0,24	14,76	70,5
<b>Итого:</b>	<b>760</b>	<b>23,09</b>	<b>21,98</b>	<b>91,33</b>	<b>647,00</b>

**Обед(младшие)**

Салат из фасоли к\с, кукурузы к\с, и огур. солен.	60	1,55	7,03	16,26	160,1
Суп гороховый с гренками	200\10	6,49	6,86	20,36	178,62
Птица тушеная в смет т. томат	50/50	10,55	11,66	5,91	155
Макароны отварные	150	3,8	0,63	32,5	156
Компот из св яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6
Хлеб дарницкий	35	2,5	0,75	14,8	79
<b>Итого:</b>	<b>770</b>	<b>25,85</b>	<b>26,94</b>	<b>122,71</b>	<b>863,32</b>

Директор

Шеф/повар

