

МБОУ "СОШ №11" г.Нижнекамск

МЕНЮ на 6 октября

| Наименование продуктов | Выход | Белки | Жиры | Угл-ы | Ккал |
|---|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Завтрак(младшие) | | | | | |
| Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 180\5 | 6,78 | 7,07 | 43,89 | 266,7 |
| Какао с молоком | 200 | 0,46 | 0,02 | 16,25 | 67 |
| Печенье | 50 | 10,27 | 11,94 | 17,32 | 210,81 |
| Батон нарезной | 65 | 4,87 | 1,88 | 33,38 | 544,51 |
| Итого: | 500 | 20 | 20,43 | 87,19 | 616,34 |
| Завтрак (старшие) | | | | | |
| Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Запеканка картофельная с мясом,с маслом сливочным | 240\10 | 8,4 | 10,2 | 11 | 176 |
| Напиток из сухофруктов | 200 | 0,7 | 0,1 | 32 | 132 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,97 | 0,36 | 11,92 | 59,28 |
| Итого: | 620 | 22 | 22,61 | 95,73 | 650,15 |
| Обед (младшие) | | | | | |
| Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Борщ из свежей капусты с картофелем | 250 | 1,83 | 4,92 | 10,93 | 103,75 |
| Запеканка картофельная с мясом | 180 | 17,74 | 24,03 | 28,3 | 387,85 |
| Напиток из сухофруктов | 200 | 0,7 | 0,1 | 32 | 132 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,32 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| Хлеб ржаной | 45 | 2,96 | 0,54 | 17,78 | 88,92 |
| Итого: | 795 | 25,95 | 28,15 | 111,65 | 807,32 |

Директор:

Шеф повар:



(Handwritten signatures of the Director and Head Cook)

Михайленко С.О.

Моравская Л.И.