

МБОУ «СОШ №11» НМР РТ

МЕНЮ на 09 сентября 2022 г.

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<i>Завтрак (младшие 7-12 лет)</i>					
Тефтели куриные с рисом паровые с маслом сливочным	90\5	0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшеничная вязкая на воде с маслом сливочным	150\5	17,74	24,03	28,30	387,85
Напиток из замороженных ягод	200	0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00
Итого:	510	20,12	20,70	84,86	608,65
<i>Завтрак (Старшие)</i>					
Суп гороховый с гренками	250\10	0,40	0,40	9,80	47,00
Тефтели куриные с рисом паровые с маслом сливочным	100\5	13,71	15,39	9,94	220,29
Каша пшеничная вязкая на воде с маслом сливочным	180\3				
Напиток из замороженных ягод	180\	0,7	0,10	32,00	132,80
Хлеб пшеничный	20	3,04	0,32	19,68	94,00
Хлеб ржаной	20	1,97	0,36	11,92	59,28
Итого:	603	21,64	22,61	95,73	650,15

Директор школы



Шеф-повар:

Михайленко С.О.

Моравская Л.И.