

15.10.2021

столовой общеобразовательной школы №11

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак (младшие)					
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63
Каша пшеничная молочная	200	7,5	10,52	42,2	290,13
Кофейный напиток с молоком	200	0,2		13,7	53
Батон высший сорт	25	1,88	0,73	12,85	66
Итого:	405	17,32	27,06	29,41	428,38
Горячий завтрак (старшие)					
Суп картофель с горохом	250	7,73	5,43	24,14	185,07
Птица тушеная в смет томатном соусе	50/50	11,940	10,120	3,510	153
Спагетти отварные	180	6,79	0,8	38,3	187,56
Чай с сахаром	185/15	0,2	0,1	25,4	99
Хлеб дарницкий	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Итого:	760	30,26	16,93	114,03	734,03
Обед(младшие)					
Суп картофель с горохом	250	1,382	3,869	4,518	62,189
Птица тушеная в смет т. томат	50/50	11,94	10,12	3,51	153
Спагетти отварные	150	5,62	11,27	34,13	244,8
Компот из св яблок	200/15	0,2	0,1	25,4	99
Хлеб сельский/хлеб белый	35	2,5	0,75	14,8	79
Мексиканская смесь со сливочным маслом	60	1,38	4,8	4,9	62
Итого:	890	28,01	28,74	100,64	747,8

Директор

Шеф/повар

