

19.11.2021

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
Чай с сахаром и лимоном	185\10\5	0,2		13,7	53
Батон высший сорт	60	1,88	0,73	12,85	66
Итого:	405	17,32	27,06	29,41	428,38

Горячий завтрак (старшие)

Суп гороховый с гренками	250\10	7,73	5,43	24,14	185,07
Птица тушеная в смет томатном соусе	50/50	11,940	10,120	3,510	153
Макароны отварные	180	6,79	0,8	38,3	187,56
Чай с сахаром и лимоном	185\10\5	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)

Салат из фасоли к\с, кукурузы к\с, и огур. солен.	60				
Суп картофель с горохом	200\10	1,382	3,869	4,518	62,189
Птица тушеная в смет т. томат	50/50	11,94	10,12	3,51	153
Макароны отварные	150	5,62	11,27	34,13	244,8
Компот из св яблок	200/15	0,2	0,1	25,4	99
Хлеб дарницкий	35	2,5	0,75	14,8	79
Итого:	890	28,01	28,74	100,64	747,8



Директор

Шеф/повар