

МБОУ "СОШ №11" г.Нижнекамск

28 сентября

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ы	Ккал.
<b>Завтрак(младшие)</b>	100	0,4	0,40	9,8	47
Яблоко					
Запеканка из творога со сгущенным молоком	130\20	14,29	17,4	27,82	364,9
Чай с мармеладом	185\15	0	0	25,2	96,07
Батон нарезной	50	3,76	1,74	30,84	132
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>18,54</b>	<b>19,54</b>	<b>87,64</b>	<b>609,37</b>
<b>Завтрак (старшие)</b>					
Бутерброд с маслом сливочным	40	2,33	8,12	15,55	144,6
Жаркое из птицы(куриных грудок)	50\200	15,91	15,21	26,3	484,33
Напиток из лимона	200	0,14	0,02	7,46	33,37
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржаной	30	1,97	0,36	11,92	59,28
<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>23</b>	<b>23,95</b>	<b>90,99</b>	<b>692,58</b>
<b>Обед (младшие)</b>					
Бутерброд с маслом сливочным	40	2,33	8,12	15,55	144,6
Суп картофельный с крупой(пшено)	200	1,57	2,17	9,7	68,6
Жаркое из птицы(куриных грудок)	50\150	14,33	28,73	19,77	396
Напиток из лимона	200	0,14	0,02	7,46	33,37
Хлеб ржаной	45	2,96	0,54	17,78	88,92
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,16	9,84	47
<b>Итого:</b>	<b>705</b>	<b>25,65</b>	<b>28,74</b>	<b>112,1</b>	<b>787,49</b>

Директор:

Шеф-повар:



*[Handwritten signature of S.O. Mikhailenko]*  
*[Handwritten signature of L.I. Moravskaya]*

Михайленко С.О.

Моравская Л.И.