

МЕНЮ на 15 мая 2021 года

МБОУ "СОШ 11" г.Нижнекамск

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ы	Ккал
Завтрак(младшие)					
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Запеканка картофельная с мясом с маслом гарнир)	50\180\3	5,51	4,52	26,45	168,5
Чай с молоком,с сахаром	200\50\15	3,3	1,5	29	152
Хлеб дарницкий	20	1	0,2	9	44,00
Хлеб белый	30	2,2	0,24	14,7	
					608,6
Обед (старшие)					
Блины со сгущ. молоком	90\20	3,89	9,95	16,24	184
Запеканка картофельная с мясом с маслом	50\180\5	12,4	17,5	31,6	373
Компот из св.яблок	200	2,28	0,24	14,76	
Хлеб пшеничный	30	2,9	0,8	17	90
					841

Директор:

Шеф повар:

