

МЕНЮ на 17 мая

МБОУ "СОШ №11" г.Нижнекамск

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ы	Ккал
Завтрак(младшие)					
Суп-лапша домашняя с картофелем	250	3,55	4,59	22,3	125
Каша рисовая молочная с маслом	150\5	6,28	7,55	25,6	195
Чай с сахаром	200	0,46	0,02	16,25	67
Хлеб дарницкий,хлеб белый	20\20	2,9	0,86	17	90
Печенье	40				477
Обед (младшие)					
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Тефтели из говядины (2 вариант) в сметанно-томатном соусе	90\30	8,4	10,2	11	176
Каша вязкая гречневая	150	12	16,12	29,8	295
Кофейный напиток с молоком	200	0,521	0,005	21,73	88
Хлеб дарницкий,хлеб белый	20\30	2,28	0,24	14,76	71
					611
					1016
Обед (старшие)					
Тефтели из говядины (2вариант) в сметанно-томатном соусе	90\30	16,01	17,5	37,08	351
Каша вязкая гречневая	180	3,58	6,01	24,63	174,6
Кофейный напиток с молоком	200	0,46	0,02	16,25	67
Хлеб дарницкий,хлеб белый	30\20	2,9	0,8	17	90
					682,6

Директор:

Шеф повар:

