

суббота

Наименование продуктов	Цена	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак (старшие)						
Бутерброд с сыром и маслом сливочным		50	6,27	7,86	14,83	155
Каша манная молочная		250	12,28	14,33	44,88	371,29
Чай с сахаром		200	0,07	0,02	8	32
Батон нарезной		50	3,75	1,45	25,7	131
Итого:		550	22,37	23,66	93,41	689,29

Обед (младшие)

Суп картофельный с мясными фрикадельками		250/11	4,54	4,12	16,95	135,57
Котлеты рыбные		100	12,2	8,53	10,24	181,48
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		180/3	4,41	8,63	44,06	271,44
Напиток из сухофруктов		200	0,7	0,1	32	132,8
Хлеб пшеничный		25	1,87	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной		35	2,07	0,37	12,47	62,37
Итого:	119,5	804	30,79	31,95	128,02	942,41
Всего:		1354	52,66	53,81	222,32	1592,43

Горячий завтрак (старшие)

Котлеты рыбные		100	12,2	8,53	10,24	181,48
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		180/3	4,41	8,63	44,06	271,44
Напиток из сухофруктов		200	0,7	0,1	32	132,8
Хлеб пшеничный		35	2,66	0,28	17,22	82,25
Хлеб ржаной		35	2,07	0,37	12,47	62,37
Итого:	79	553	22,04	21,91	98,99	710,34

Директор школы

Михайленко С.О.

Шеф повар

Моравская Л.И.

