

МЕНЮ на 25 мая

МБОУ "СОШ № 11" г.Нижнекамск

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ы	Ккал
Завтрак(младшие)					
Суп картофельный	250	5,15	5,24	20,28	163
Печенье	40	1,26	1,48	34,76	160
Каша пшеничная молочная с маслом	150\5	4,62	5,81	34,76	189
Чай с сахаром и яблоком	200	0,75	0,06	27,93	116,4
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб дарницкий	20	1	0,2	9	44
					742,9
Обед младшие					
Салат из отварной свеклы	60	16,2	13,56	1,92	238
Плов из птицы	50\150	14,51	14,7	28,34	316
Напиток из замороженных ягод (черн.смородина)	200	0,78	0,046	27,63	115
Хлеб дарницкий,хлеб белый	20\30	2,5	0,75	14,8	79
					748
					1341
Обед (старшие)					
Бутерброд с маслом	50	2,36	7,49	33,8	193
Плов из птицы	50\180	16,47	11,62	41,68	344
Напиток из замороженных ягод (черн.смородина)	200	0,2		13,7	53
Хлеб белый	30	2,9	0,8	17	90
					680

Директор:

Шеф.повар

