

МЕНЮ на 28 мая

МБОУ "СОШ №11" г.Нижнекамск

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ы	Ккал
Завтрак (младшие)					
Салат из свеклы с яблоком	60	1,024	3,004	5,375	53
Птица тушеная в сметанно-томатном соусе	50\50	11,94	10,12	3,51	153
Рис отварной	150	3,65	5,375	36,68	210
Чай с сахаром	200	3,166	0,02	15,2	62
Хлеб пшеничный, хлеб дарницкий	30\20	2,28	2,24	14,76	589
					1039
Обед (старшие)					
Салат из свеклы с яблоком	100	0,4	5	8,45	85,7
Котлеты "Аппетитные" п\ф	100	8,98	8,62	3,39	171
Пюре гороховое с маслом	180\4	4,38	6,44	44,02	252
Чай с сахаром	200\15	2	0,1	25,4	99
Хлеб дарницкий, хлеб белый	20\20	2,9	0,8	17	90
					697,7

Директор:

Шеф повар:

