

Меню на 03.06.2024

СОШ №15

ПРИШКОЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

	Выход	бел/жир/углев.	Ккал
1- ЗАВТРАК(младшие)			
Бутерброд с сыром , маслом слив.	30/15/10	6,28/12,11/15,55	196,1
Яйцо вареное	40	5,08/1,6/0,28	62,8
Каша геркулесовая молочная с масл.слив.	180/5	4,05/5,91/33,82	186,73
Какао с молоком	200	4,08/3,81/7,6	78,6
Батон высший сорт	50	3,75/1,45/25,7	131

ОБЕД (младшие)			
Огурцы свежие	60	0,48/0,06/1,5	8,4
Суп картофельный с пшеном на мясн.бульс	200	1,58/2,47/11,69	68,6
Гуляш из отварной говядины	50/50	14,5/22,19/4,89	271
Макаронны отварные	150	5,66/0,67/31,92	156,3
Компот из сухофруктов	200	0,66/0,09/22,03	92,8
Хлеб ржаной	50	3,3/0,6/19,8	99
Хлеб пшеничный	40	3,04/0,32/19,68	94
Вода питьевая ПЭТ	500	0/0/0	0
ВСЕГО	1830	52,45/51,28/194,46	1445,33

ЗАВТРАК ЛТО			
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/15/10	6,28/12,11/15,55	196,1
Каша геркулесовая молочная с маслом сли	200/5	5,28/6,2/37,58	203,67
Яйцо вареное	40	5,08/4,6/0,28	62,8
Какао с молоком	200	4,08/3,81/7,6	78,6
Батон высший сорт	50	3,75/1,45/25,7	131

ОБЕД ЛТО			
Огурцы свежие	100	0,8/0,1/2,5	14
Суп картофельный с пшеном на мясн.бульс	250	1,97/6,37/12,11	105/75
Гуляш из отварной говядины	50/50	14,5/22,19/4,89	271
Макаронны отварные	180	6,79/0,8/38,3	187,56
Компот из сухофруктов	200	0,66/0,09/22,03	92,8
Хлеб ржаной	60	3,96/0,72/23,76	119
Хлеб пшеничный	50	3,8/0,4/24,26	118
Вода питьевая ПЭТ	500	0/0/0	0
ВСЕГО	1990	56,95/58,84/222,5	1579,58

Директор школы

Шеф-повар



Чернятьева Т.А.

Шостова Т.П.