

Меню на 20.06.2024

СОШ №15

ПРИШКОЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

	Выход	бел/жир/углев.	Ккал
1- ЗАВТРАК(младшие)			
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33/8,12/15,55	144,6
Каша кукурузная молочная ,вязкая	150	4,11/5,99/26,59	161
Кофейный напиток с молоком	200,00	3,17/2,68/5,97	60,6
Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48/0,48/11,76	56,4
Батон	50	3,75/1,45/25,7	131
Печенье	40	2,43/0,95/11,6	99,14
ОБЕД (младшие)			
Салат из свеклы отварн.с зелен.горшк.к/с	60	0,99/2,47/4,38	43,74
Щи из св.капусты,с картофелем,с мясными фрикадельками,со сметаной	200/11/10	3,87/7,64/6,76	109,57
Биточки рыбные из минтая с масл.сливоч.	90/5	11,67/11,01/14,33	204
Картофельное пюре	150	3,06/4,8/20,44	137,25
Компот из свежих яблок	200	0,16/0,16/27,88	114,6
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	1926	44,45/46,67/210,43	1454,9
ЗАВТРАК ЛТО			
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33/8,12/15,55	144,6
Каша кукурузная молочная ,вязкая	180	7,67/11,32/35,46	219,22
Кофейный напиток с молоком	200	3,17/2,68/5,97	60,6
Фрукты свежие(яблоки)	120	0,48/0,48/11,6	56,4
Печенье	40	2,43/4,95/13,75	99,14
Батон	50	3,75/1,45/25,7	131
ОБЕД ЛТО			
Салат из свеклы отварн.с зелен.горош.к/с	100	1,65/4,12/7,29	72,9
Щи из св.капусты с картофелем,мясными фрикадельками,со сметаной	250	4,22/7,74/8,34	127,52
Биточки рыбные из минтая с масл.сливоч.	90/10	12,96/11,83/15,91	223
Картофельное пюре	180	3,68/5,76/24,53	164,7
Компот из свежих яблок	200	0,16/0,16/27,88	114,6
Хлеб ржаной	60	3,96/0,72/23,76	118,8
Хлеб пшеничный	50	3,8/0,4/24,6	118
Вода питьевая ПЭТ	500	0/0/0	0
ВСЕГО	2126	52,24/59,73/240,5	1649,98
Директор школы			Чернятьева Т.А.
Шеф-повар			Шостова Т.П.

