

Меню на 04.06.2024

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
Запеканка из творога со сгущ.молоком	120/30	23,2/18,54/36,82	406,8
Блины с маслом сливочным	45/5	2,43/0,95/11,6	99,14
Чай с сахаром	190/10	,38/0,1/10,06	42,66
Фрукты свежие(яблоки)	120	0,48/0,48/11,76	56,4

ОБЕД (младшие)			
Огурцы свежие	60	0,48/0,06/1,5	8,4
Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками,со сметаной	200/11/10	4,07/7,56/10,03	123,57
Рыба тушеная в томате с овощами	80/40	10,43/11,62/9,04	180,33
Пюре картофел. с капуст. тушен.(доп.гарн)	150/30	3,68/5,91/32,81	213,35
Напиток из шиповника	200	0,68/0,28/20,76	88,2
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	1931	54,49/54,53/199,4	1556,45

ЗАВТРАК ЛТО			
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33/8,12/15,55	144,6
Запеканка из творога со сгущ.молоком	170/30	31,93/26,24/45,06	543,8
Блины с маслом сливочным	45/5	2,43/0,95/11,6	99,14
Чай с сахаром	190/10	0,38/0,1/10,06	42,66
Фрукты свежие(яблоки)	120	0,48/0,48/11,76	56,4

ОБЕД ЛТО			
Огурцы свежие	100	0,8/0,1/2,5	14
Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками,со сметаной	250/11/10	5,67/9,88/12,42	145,02
Рыба тушеная в томате с овощами	80/40	10,43/11,62/9,04	180,33
Пюре картофльн.с капустой тушен.(доп.гаф	200/30	4,698/7,88/43,75	284,47
Напиток из шиповника	200	0,68/0,28/20,76	88,2
Хлеб ржаной	60	3,96/0,72/23,76	118,8
Хлеб пшеничный	50	3,8/0,4/24,6	117,5
Вода питьевая ПЭТ	500	0/0/0	0
ВСЕГО	2141	67,58/66,76/230,85	1834,92

Директор школы

Чернятьева Т.А.

Шеф-повар

Шостова Т.П.

