

Меню на 08.06.2024

СОШ №15

ПРИШКОЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

	Выход	бел/жир/углев.	Ккал
1- ЗАВТРАК(младшие)			
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/15/10	6,28/12,11/15,15	196,1
Сырники из творога со сгущ.молоком	180/20	35,34/26,21/33,1	509,2
Чай с сахаром с лимоном	185/10/5	0,13/0,02/10,2	42
Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48/0,48/11,76	56,4

ОБЕД (младшие)			
Огурцы соленые (доп.гарн)	30	0,24/0,03/0,51	3
Суп гороховый с мясн.фрикад.и гренками	200/11/10	7,83/5,66/20,92	176,99
Котлета из говядины с маслом сливоч.	90/3	15,19/14/14,84	220,3
Картофель запеченный дольками	180	4,9/10,58/37,94	273,6
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
Сырники из творога со сгущ.молоком	180/30	36,09/26,23/38,78	535,2
Чай с сахаром,лимоном	185/10/5	0,13/0,02/10,2	42
Фрукты свежие(яблоки)	120	0,48/0,48/11,6	56,4

ОБЕД ЛТО			
Огурцы солоеные (доп.гарн)	50	0,4/0,05/0,85	5
Суп гороховый с мясн.фрикад.с гренками	250/11/10	8,93/6,72/24,22	206,64
Котлета из говядины с маслом сливочным	100/3	16,87/15,56/16,49	244,78
Картофель запеченный дольками	200	5,44/11,76/42,16	304
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	2019	83,04/74,14/245,41	1919,22

Директор школы

Чернятьева Т.А.

Шеф-повар

Шостова Т.П.

