

Меню на 09.06.2024

СОШ №15

ПРИШКОЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

	Выход	бел/жир/углев.	Ккал
1- ЗАВТРАК(младшие)			
Яйцо вареное	40	5,08/1,6/0,28	62,8
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33/8,12/15,55	144,6
Каша пшеничная молочная с масл.слив.	150/3	9,11/8,32/26,59	181
Фрукты(яблоко)	120	0,48/0,48/11,76	56,4
Кофейный напиток с молоком	200	3,17/2,68/5,97	60,6
Батон нарезной	50	3,75/1,45/25,7	131
Итого	605	21,27/22,82/84,47	654,9
ОБЕД (младшие)			
Зеленый горошек (доп.гарнир)	50	1,55/0,1/3,25	20
Суп-лапша домашняя с картофелем на курином бульоне	250	5,57/6,54/11,62	115,75
Филе куриной грудки тушеное с овощами	50/150	14,16/12,92/35,21	355,5
Напиток из изюма и яблок	200	0,35/0,08/31,85	130,2
Хлеб ржаной	50	3,3/0,6/19,8	99
Хлеб пшеничный	40	3,04/0,32/19,68	94
	790	27,97/26,56/121,41	814,45
ВСЕГО	1395	49,23/49,38/205,88	1469,35
ЗАВТРАК ЛТО			
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33/8,12/15,55	144,6
Каша пшеничная молочная с мас.слив	200/5	9,89/12,9/36,95	266
Яйцо вареное	40	5,08/1,6/0,28	62,8
Фрукты (яблоки)	120	0,48/0,48/11,76	56,4
Кофейный напиток с молоком	200	3,17/2,68/5,97	60,6
Батон нарезной	50	3,75/1,45/25,7	131
ОБЕД ЛТО			
Зеленый горошек (доп.гарнир)	50	1,55/0,1/3,25	20
Суп -лапша домашняя с картофелем на курином бульоне	250	5,57/6,54/11,62	115,75
Филе куриной грудки тушеное с овощами	50/200	14,98/11,46/48,88	419,38
Напиток из изюма и яблок	200	0,35/0,08/31,85	130,2
Хлеб ржаной	60	3,96/0,72/23,76	118,8
Хлеб пшеничный	50	3,8/0,4/24,6	118
ВСЕГО	1515	54,9/58,53/240,17	1643,03

Директор школы

Шеф-повар



Чернятьева Т.А.

Шостова Т.П.