

Меню на 10.06.2024

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 пшеничная молочная с масл.сливоч.	150/5	6,46/6,49/23,21	199,5
Яйцо вареное	40,00	5,08/4,6/0,28	62,8
Фрукты свежие (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
ОБЕД (младшие)			
Салат из зеленого горошка к/с	60	1,79/3,11/3,75	50,16
Суп картофельный с пшеном на курином бульоне	200	3,58/10,34/14,87	125
Филе куриной грудки тушеное с овощами	50/150	14,16/12,92/35,21	355,5
Компот из свежих яблок	200	0,16/0,12/18,1	74,6
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	1855	47,3/51,22/193,88	1453,16
ЗАВТРАК ЛТО			
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33/8,12/15,55	144,6
Каша пшеничная молочная с мас.сливоч.	200/5	9,89/9,9/30,95	266
Яйцо вареное	40	5,08/4,6/0,28	62,8
Фрукты свежие(яблоки)	120	0,48/0,48/11,6	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			
Салат из зеленого горошка к/с	100	2,98/5,19/6,25	83,6
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне	250	4,48/12,92/6,09	156,25
Филе куриной грудки тушеное с овощами	50/200	14,98/11,46/48,88	419,38
Компот из свежих яблок	200	0,16/0,12/18,1	74,6
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	2065	55,06/58,03/218,66	16,91,53

Директор школы

Шеф-повар



Чернятьева Т.А.

Шостова Т.П.