

Меню на 11.06.2024

СОШ №15

ПРИШКОЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

	Выход	бел/жир/углев.	Ккал
1- ЗАВТРАК(младшие)			
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/15/10	6,28/12,11/15,55	196,1
Каша пшеничная молочная с масл.сливоч.	180/5	6,73/5,65/33,3	222,6
Печенье	45,00	2,43/0,95/11,6	99,14
Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48/0,48/11,76	56,4
Чай с молоком,с сахаром	150/40/10	1,46/1,08/11,96	63,7
Батон нарезной	30	2,25/0,87/15,42	78,6
ОБЕД (младшие)			
Салат из свеклы с маслом растительным	60	0,84/3,61/4,96	55,68
Борщ из св.капусты с мясом птицы,со смет	200/10/10	5,1/13,2/19,14	201,4
Биточки рыбные	90	11,63/7,38/14,26	171
Пюре картофельное	180	3,68/5,76/24,53	164,7
Нектар фруктовый(разливной)	180	0,9/0,0/18,18	76
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	1960	48,11/52,01/220,13	1578,64
ЗАВТРАК ЛТО			
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/15/10	6,28/12,11/15,55	196,1
Каша пшеничная молочная с мас.сливоч.	200/5	9,47/7,9/39	257,9
Печерье	40	5,08/4,6/0,28	62,8
Фрукты свежие(яблоки)	120	0,48/0,48/11,6	56,4
Чай с молоком,с сахаром	150/40/10	1,46/1,08/11,96	63,7
Батон нарезной	30	2,25/0,87/15,42	78,6
ОБЕД ЛТО			
Салат из свеклы с маслом растительным	100	1,41/6,01/8,26	92,8
Борщ из св.капусты с мясом птицы,со смет	250/10/10	6,38/16,5/23,93	251,75
Биточки рыбные из минтая с молоч.соусом	90/20	12,92/8,2/15,84	190
Пюре картофельное	200	14,98/11,46/48,88	183
Нектар фруктовый (разливной)	180	0,9/0,0/18,18	76
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	2120	55,81/61,62/247,11	1782,01

Директор школы

Чернятьева Т.А.

Шеф-повар

Шостова Т.П.

