

Меню на 19.06.2024

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
Сырники из творога со сгущ.молоком	180/20	35,34/26,21/33,1	509,2
Чай с сахаром	190/10	0,38/0,1/10,06	42,66
Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48/0,48/11,76	56,4

ОБЕД (младшие)			
Огурцы свежие порционно	60	0,48/0,06/1,5	8,4
Суп-лапша домашняя с картофелем на курином бульоне	200	2,05/4,43/9,3	92,6
Фрикассе из отварных куриных грудок	50/50	14,82/18,5/15,5	273,8
Рис отварной	150	3,65/5,37/36,68	209,7
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	1840	66,77/64,2/200,21	1606,68

ЗАВТРАК ЛТО			
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33/8,12/15,55	144,6
Сырники из творога со сгущ.молоком	180/30	36,09/26,23/38,78	535,2
Чай с сахаром	190/10	0,38/0,1/10,06	42,66
Фрукты свежие(яблоки)	120	0,48/0,48/11,6	56,4

ОБЕД ЛТО			
Огурцы свежие	100	0,8/0,1/2,5	14
Суп-лапша домашняя с картофелем на курином бульоне	250	2,57/5,54/11,62	115,75
Фрикассе из отварных куриных грудок	50/50	14,82/18,5/15,5	273,8
Рис отварной	180	4,38/6,45/44,02	251,64
Нектар фруктовый(разливной)	180	4,38/6,45/44,02	76
Хлеб ржаной	60	3,96/0,72/23,76	118,8
Хлеб пшеничный	50	3,8/0,4/24,6	118
Вода питьевая ПЭТ	500	0/0/0	0
ВСЕГО	1990	70,51/66,64/231,33	1746,67

Директор школы

Чернятьева Т.А.

Шеф-повар

Шостова Т.П.

