

Меню на 25.06.2024

СОШ №15

ПРИШКОЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

	Выход	бел/жир/углев.	Ккал
1- ЗАВТРАК(младшие)			
Булочка сдобная	50	7,05/9,3/16,8	209
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/15/10	6,28/12,11/15,55	196,1
Каша геркулесовая молочная с маслом сли	180/5	4,05/5,91/34,82	186,73
Фрукты(яблоко)	120	0,48/0,48/11,76	56,4
Какао с молоком	200	4,08/3,81/7,6	78,6
Батон нарезной	50	3,75/1,45/25,7	131
Итого	659	25,68/33,06/112,23	857,83

ОБЕД (младшие)			
Огурцы свежие(доп.гарнир)	50	0,4/0,05/1,25	7
Суп картофельный с горохом,с гречками	200/10	5,64/4,37/20,84	155,42
Плов из куриных грудок	50/150	17,73/24,39/48,91	405,92
Напиток 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
	750	30,6/30,7/142,,97	896,54

ВСЕГО 1409 56,29/63,76/255,19 1754,37

ЗАВТРАК ЛТО			
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/15/10	6,28/12,1/15,55	196,1
Каша геркулесовая молочная с масл. сливо	200/5	5,28/9,2/47,58	213,67
Булочка сдобная	50	7,05/9,3/16,8	209
Фрукты (яблоки)	120	0,48/0,48/11,76	56,4
Какао с молоком	200	4,08/3,54/7,6	78,6
Батон нарезной	50	3,75/1,45/25,7	131

ОБЕД ЛТО			
Огурцы свежие(доп.гарнир)	50	0,4/0,05/1,25	7
Суп картофельный с горохом и гречками	250,1	6,73/5,43/24,14	185,07
Плов из куриных грудок	250	22,17/30,49/48,64	207,4
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 1550 64,48/74,14/279,88 1955,74

Директор школы

Чернятьева Т.А.

Шеф-повар

Шостова Т.П.

