

Меню

на 15.09.2021г.

ГБОУ «Нижнекамская школа № 18» младшее

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак					
Масло слив. порцион.	20	0,2	16,6	0,2	149,6
Творог твёрдый	30/230	24,48	18,88	27,84	379,6
с кураг. со слив. маслом					
Корейский напиток	200	1,4	1,6	20,3	103,3
Хлеб ржаной	40	5,08	0,7	53,8	231,4
Хлеб пшеничный	55	13,9	1,1	95,88	427,2
Обед					
Яблоко	200	8	8	19,6	88
Овощи нат. свек. (супер)	60	1,3	0,08	1,52	7
Фрикадельки из мяк. пт. К1-блюда	20	4,5	3,9	0,2	53,5
Борщ с картош. со свек.					
капустой, со сметаной	10/260	1,75	6,5	10,05	201
Рагу из мякоти птицы	50/200	15,99	22,96	38,8	406,9
Напиток из капуст. смеси	200	0,2	0	12,4	50
Хлеб ржаной	50	6,35	0,7	67,29	289,18
Хлеб пшеничный	65	38,09	1,3	113,3	504,83
Полдник					
Маляко кипяч. 2,5%	200	5,8	6,4	9,4	120
Булочка домашняя	50	2,26	0,88	15,42	78,6

Директор:

[Подпись]

Зав. столовой:

[Подпись]

Калькулятор:

[Подпись]