

# Меню

08.02.2022г.

ГБОУ «Нижекамская школа № 18» *Меню*

Наименование продуктов      Выход      Белки      Жиры      Угл-ды      Ккал

## Завтрак

Масло сев. порцион.	20	0,2	16,6	0,2	149,6
Творог с маком					
Кураги, со сир. макама	30/230	24,48	18,88	27,84	379,6
Корейский напиток с маком	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
		<u>45,06</u>	<u>38,88</u>	<u>198,02</u>	<u>1291,1</u>

## Обед

Яблоко	200	8	8	19,6	200,88
Мкра морковная	60	0,06	4,32	0,06	39,6
Фрикад. из мяк. пт. к I-бл.	20	4,5	3,9	0,2	53,5
Борщ с картоф. со свет. кап. со сметаной	10/260	1,75	6,5	10,05	201
Возу из мяк. пшени	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	36,85	1,3	113,3	504,83
Полдник: Макомо кипяч 2,5%	200	5,8	6,4	9,4	120
Булочка дрожжевая	50	2,26	0,88	15,42	78,6

Директор: *[Подпись]*

Зав. столовой: *[Подпись]*

Калькулятор: *[Подпись]*