

Меню

04.02.2022г

ГБОУ «Нижекамская школа № 18» младшие

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак					
Биточки особые	50	9,9	11,4	8,52	181,24
Каша геркулесовая					
молоч. с масл. сливоч.	10/160	3,54	8,64	22,3	183,4
Чай с конфектой	40/200	2	0	15	
Хлеб ржаной	40	5,08	0,7	53,8	231,4
Хлеб пшеничный	55	13,9	1,1	95,88	227
Обед					
Грибы	43,5		29,25	259,3	1342,97
Салат из свежих овощей	200	0,60	0,45	15,45	60
Фрикадельки мясн. к Т-блюду	60	0,85	3,65	11,58	56,0
Пассадник домашний	20	4,48	3,83	9,2	53,1
картоф. свет. кап, сметаной	10/260	2,3	5,6	14,32	118,4
Запеканка картофель. с мясом	50/250	20,6	24,04	41,44	426,07
Сок фруктовый	200	0,6	0	35,4	140
Хлеб ржаной	50	6,35	0,7	64,29	289,18
Хлеб пшеничный	65	16,46	1,3	113,3	504,83
Полдник					
Кефир 2,5%	200	5,8	6,4	9,4	120
Ватрушка с творогом	75	10,21	7,41	30,07	212,7
Директор: <i>Сид</i>		106,81	79,09	565,65	3132,65
Зав. столовой: <i>Мас</i>					
Калькулятор: <i>В.И.И.</i>					