

МЕНЮ

МБОУ «Кармалинская сош» среда 2 неделя

ГЗ младшие		Выход	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1	Фрукты (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
2	Котлеты из говядины с овощами.	75/25	10,58	10,98	16,21	195,20
3	Каша гречневая вязкая с маслом слив.	150/3	4,60	7,19	28,56	195,30
4	Чай с сахаром и лим.	187/8/5	0.13	0.02	8.20	34.02
5	Хлеб пшеничный	20	1,52	0.16	9,84	47,00
6	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	7,92	39,60
Всего:		593	18,55	18,99	80,53	558,12
ГЗ старшие		Выход	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1	Фрукты (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
2	Котлеты из говядины	75/25	10,58	10,98	16,21	195,2
3	Каша гречневая с маслом сливочным.	180/3	9,62	12,89	55,67	348,40
4	Чай с сахаром и лим.	187/8/5	0.13	0.02	8.20	34.02
5	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
6	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	7,92	39,60
Всего:		623	23,57	24,69	107,64	711,22

Директор школы:

Повар:

