

МЕНЮ

МБОУ «Кармалинская сош»

дата:

пятница 2 неделя

	ГЗ младшие	Выход	Белки	Жиры	Уг-ды	Ккал
1	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0.40	9.80	47.00
2	Шницель куриный в томатном соусе	75/25	10,09	9.24	12,14	205,63
3	Рис отварной	150	3.32	7,00	52,20	203,00
4	Какао с молоком	200	4.08	3.54	2.61	58.60
5	Хлеб пшеничный	20	1,52	0.16	9,84	47,00
6	Всего:	570	19,41	20,34	86,59	561,23
	ГЗ старшие	Выход	Белки	Жиры	Уг-ды.	Ккал
1	Фрукты (Яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
2	Шницель куриный в томатном соусе	75/25	10,09	9,24	12,14	205,63
3	Рис отварной	180	9,58	14,40	55,76	305,60
4	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	10,91	46,60
5	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00
6	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11,88	59,40
7	Всего:	630	23,73	24,72	110,33	711,23

Директор школы:

Повар:

