

МЕНЮ

14 сентября
Завтрак (младшие)

| | выход | | белки | жиры | Угл-ды | ккал |
|---|--------|--|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Яблоко | 100 | | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 47 |
| Запеканка творожная с молоком сгущенным | 130/20 | | 14.29 | 17,4 | 27.82 | 364.9 |
| Чай с мармеладом | 185/15 | | 0 | 0 | 25.2 | 96.07 |
| Батон нарезной | 50 | | 3,76 | 1,74 | 30.84 | 132 |
| | | | 18.45 | 19.54 | 87.64 | 609.37 |

Обед (младшие)

| | выход | Цена | белки | жиры | Угл-ды | ккал |
|----------------------------------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| Суп картофельный с крупой(пшено) | 200 | | 1.57 | 2.17 | 9.7 | 68.6 |
| Бутерброд с маслом 30/10 | 40 | | 2,33 | 8.12 | 15.55 | 144.6 |
| Жаркое из птицы (куриных грудок) | 50/150 | | 14.33 | 28, 73 | 19.77 | 396 |
| Напиток из лимона | 200 | | 0,14 | 0,02 | 7,46 | 33,37 |
| Хлеб ржаной | 45 | | 2,96 | 0,54 | 17,78 | 88.92 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 1.32 | 0.16 | 9.84 | 47 |
| | | 106,0 | 25,65 | 28.74 | 112.1 | 781.49 |
| | | | 46,51 | 47,68 | 203,09 | 1358,58 |

Обед (старшие)

| | выход | | белки | жиры | Угл-ды | ккал |
|----------------------------------|--------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Бутерброд с маслом 30/10 | 40 | | 2,33 | 8,12 | 15,55 | 144,6 |
| Жаркое из птицы (куриных грудок) | 50/200 | | 15.91 | 15.21 | 26.30 | 484.33 |
| Напиток из лимона(75*С) | 200 | | 0,14 | 0,02 | 7,46 | 33.37 |
| Хлеб пшеничный | 30 | | 2.28 | 0,24 | 14,76 | 71 |
| Хлеб ржаной | 30 | | 1.97 | 0.36 | 11.92 | 59.28 |
| итого | | 59,9 | 22,63 | 23,95 | 95,99 | 702,98 |

Горячий завтрак (младшие)

| | выход | | белки | жиры | Угл-ды | ккал |
|------------------------------------|--------|--------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| Бутерброд с сыром и маслом 30/15/5 | 50 | | 6,27 | 7,03 | 14,83 | 155 |
| Жаркое из птицы (куриных грудок) | 50/150 | | 14.33 | 11.73 | 19.77 | 396 |
| Чай с мармеладом | 185/15 | | 0 | 0 | 25,2 | 96,07 |
| Хлеб пшеничный | 30 | | 2.28 | 0,24 | 14,76 | 71 |
| Хлеб ржаной | 20 | | 1.32 | 0.24 | 7.92 | 39.6 |
| итого | | 68,45 | 20,2 | 19,24 | 82,48 | 616,67 |

Зам директор

Шеф повар

