

МЕНЮ

15 сентября

Завтрак (младшие)

	выход	цена	белк и	жиры	Угл-ды	ккал
Бутерброд с повидлом 30/5/15	50		2.4	3.87	17.83	156
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200		10.7	4.76	55.2	307.5
Чай с сахаром	200		0.7	0.02	10	40
Батон нарезной	50		3.76	1,74	30,84	132
			18,99	19,39	82,11	609,52

Обед (младшие)

Борщ со свежей капустой, картофелем, со сметаной	200/10		1,7	5,44	9,11	99,2
Блины с маслом сливочным 45/5	50		3,33	6,09	17,39	137,5
Плов с куриными грудками	50/150		8,25	8,54	14,82	175,63
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	27,88	114,6
Хлеб ржаной	50		2,92	0,6	19,8	99
		106,0	27,69	26,83	112,58	782,05
			46,68	46,22	194,69	1391,57

Обед (старшие)

Блины с маслом сливочным 45/5	50		3,33	6,09	17,39	137,5
Плов с куриными грудками	250		20.42	15.69	49.96	419.54
Чай с сахаром	200		0,7	0,02	10	40
Хлеб ржаной	25		1,65	0,3	9,9	49,5
Хлеб пшеничный	25		1,9	0,2	12,3	58,75
итого		55,9	21,38	21,87	100,5	646,93

Горячий завтрак (младшие)

	выход		белки	жиры	Угл-ды	ккал
Блины с маслом сливочным 45/5	50		3.33	6.09	17.39	137.5
Плов с куриными грудками	50/150		10.58	13.54	41.38	363.62
Чай с сахаром	200		0.07	0.02	10	40
Хлеб пшеничный	30		2.28	0,24	14,76	71
Хлеб ржаной	20		1.32	0.24	7.92	39.6
итого		68,45	18,64	20,13	87,65	615,74

Зам директор

Шеф повар

