

30 января 2026 год

1 -Салаты								
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800		47	30
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100		1,182	5,086	11,266		97	15
2-Вторые блюда								
ГОРБУША ЗАПЕЧЁНАЯ С СЫРОМ,СОУСОМ Переменка	80/10/ 10		21,113	18,719	3,226		266	10
2-Самостоятельные вторые блюда								

ЖАРКОЕ ИЗ ФИЛЕ КУРИНЫХ ГРУДОК	30/16 0		11,912	10,698	29,090	260	25
3-Гарниры							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180		4,125	5,467	25,741	173	10
4-Напитки							
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/ 5		0,045	0,005	8,134	34	80
5-Хлеб							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
Итого:		93,00	43,435	46,977	133,81	1 137	

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160		5,975	5,411	38,296	226
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		0,100	0,100	12,430	52
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
Итого:		10,70	6,825	5,661	57,476	311

Директор школы




Э.М.Иванова