

Меню на 2 июня 2022 года

ЗАВТРАК с 7-11 лет

Наименование	Выход	белки	жиры	углев.	к.кал
Масло сливочн.	10	0,08	7,25	0,13	66,00
Каша геркул. Молочн.	200	8,24	4,870	27,510	197,47
Какао с молоком	200	4,08	3,55	17,58	118,60
Батон в/сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Булочка домашняя	45	3,68	3,63	15,76	113,10
Итого:	500	18,33	20,17	87,60	616,02

Обед

Огурцы свежие с маслом раст.	60/5	0,45	3,61	1,41	39,96
Суп картоф. с кр. на курином бульон	250	1,97	4,71	12,11	98,75
Гуляц из отварн. Куриных грудок	50/50	13,90	16,50	5,80	197,80
Макаронные издел. отварн.	150	5,67	0,70	31,90	156,30
Компот из зам. черн. смородины	200	0,60	0,20	24,80	116,00
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2
Хлеб ржаной	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	845	28,27	26,52	111,54	782,01

Завтра с 12 и старше

Масло сливочн.	10	0,8	7,25	0,13	66,00
Каша геркул. Молочн.	250	10,33	5,48	34,38	238,84
Какао с молоком	200	4,08	3,55	17,58	118,60
Батон в/сорт	50	3,64	6,26	21,96	159,0
Булочка домашняя	50	3,75	1,45	25,66	131,00
Итого:	560	21,88	23,98	99,71	713,44

Обед

Огурцы свежие с маслом раст.	100	0,70	5,00	1,900	56,00
Суп картоф. с кр. на курином бульон	250	1,97	4,71	12,11	98,75
Гуляц из отварн. Куриных грудок	50/50	13,9	19,50	5,80	197,80
Макаронные издел. отварн.	180	6,79	0,80	38,30	197,56
Компот из зам. черн. смородины	200	0,6	0,2	27,8	116
Хлеб пшеничный	50	3,3	0,6	19,8	99,0
Хлеб ржаной	50	3,8	0,4	24,6	147,5
Итого:	930	31,06	31,21	130,31	912,61

Директор школы №6

Шеф повар



Ш.Ж. Суиндигов

Ш.Ж. Суиндигов

Л.М. Муштакова