

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы

Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «06» июля 2024г.

(6 день)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>1</b>	<b>Завтрак</b>					
	Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
	Каша кукурузная молочная	180	6,90	10,19	31,91	197,30
	Блины с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14
	Какао с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60
	Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>18,46</b>	<b>24,42</b>	<b>93,84</b>	<b>654,64</b>
<b>2</b>	<b>2-й завтрак</b>					
	Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	102,00
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,40</b>	<b>102,00</b>
<b>3</b>	<b>Обед</b>					
	Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,80	24,00
	Суп из овощей на курином бульоне, со сметаной	250/10	3,85	9,49	9,51	141,45
	Плов из отварных куриных грудок	250	16,52	19,80	52,80	443,33
	Нектар фруктовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,00
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	<b>Итого</b>	<b>900</b>	<b>30,13</b>	<b>30,61</b>	<b>132,65</b>	<b>921,40</b>
	Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00