



Т.Н. Хайдукова

**МЕНЮ на «11» ноября 2023г.**

**Суббота (2 неделя)**

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калорий ность
		1-4кл					
<b>1</b>	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	<b>64-19</b>	0,40	0,40	9,80	47,00
	Биточки рыбные	90		9,60	9,984	13,212	149,20
	Картофель запеченный дольками	150		4,14	4,53	37,425	231,50
	Какао с молоком	200		4,08	3,54	7,60	78,70
	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59
	<b>Итого</b>	<b>570</b>		<b>20,20</b>	<b>18,82</b>	<b>79,92</b>	<b>565,80</b>
		<b>Выход</b>					
		<b>5-11кл</b>					
<b>2</b>	Биточки рыбные	100	<b>58-00</b>	9,60	9,984	13,212	149,20
	Картофель запеченный дольками	200		5,52	6,04	49,90	331,25
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40
	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	<b>Итого</b>	<b>550</b>		<b>21,99</b>	<b>22,72</b>	<b>98,79</b>	<b>646,65</b>
		<b>Выход</b>	<b>8-80</b>				
<b>3</b>	Печенье (крекер)	30		2,25	2,94	22,3	125,1
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,0
	<b>Итого</b>	<b>230</b>		<b>2,3</b>	<b>3</b>	<b>32,3</b>	<b>165,1</b>