



Т.Н. Хайдукова

**МЕНЮ на «23» сентября 2023г.**

**Суббота (1 неделя)**

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калорий ность				
		1-4кл									
1	Плоды и яблоки свежие (яблоки)	100	64-19	0,40	0,40	9,80	47,00				
	Сыр порционно	10						2,03	2,63	0,00	34,33
	Жаркое по-домашнему с куриной грудкой	50/150						12,33	14,28	59,94	396
	Кофейный напиток с молоком	200						3,17	2,68	5,97	60,70
	Хлеб пшеничный	20						1,52	0,16	9,84	47,00
	<b>Итого</b>	<b>530</b>						<b>19,45</b>	<b>20,15</b>	<b>80,55</b>	<b>585,03</b>
		<b>Выход</b>									
		<b>5-11кл</b>									
2	Плоды и яблоки свежие (яблоки)	100	58-00	0,40	0,40	9,80	47,00				
	Сыр порционно	10						2,03	2,63	0,00	34,33
	Жаркое по-домашнему с куриной грудкой	50/200						19,52	20,75	51,298	484
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5						0,13	0,02	10,20	42,00
	Хлеб пшеничный	40						3,04	0,32	19,68	94,00
	<b>Итого</b>	<b>600</b>						<b>21,52</b>	<b>24,12</b>	<b>90,98</b>	<b>701,67</b>
		<b>Выход</b>	<b>8-80</b>								
3	Пряники	35		2,25	2,94	22,3	125,1				
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00				
	<b>Итого</b>	<b>235</b>		<b>2,3</b>	<b>3,0</b>	<b>32,3</b>	<b>165,1</b>				