



Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «24» сентября 2024г.

Вторник (2 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калорий ность				
		1-4кл									
1	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	66-76	0,40	0,40	9,80	47,00				
	Плов из говядины с рисовой крупой	50/150						15,95	19,55	39,75	408,42
	Чай с сахаром	190/10						0,07	0,02	10,01	40,00
	Хлеб пшеничный	25						1,90	0,20	12,30	58,75
	Хлеб ржаной	20						1,32	0,24	7,92	39,60
	Итого	545						19,64	20,41	79,78	593,77
		Выход									
		5-11кл									
2	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	57-56	0,40	0,40	9,80	47,00				
	Плов из говядины с рисовой крупой	50/200						18,97	23,12	51,79	509,80
	Чай с сахаром	190/10						0,07	0,02	10,01	40,00
	Хлеб пшеничный	20						1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржаной	30						1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого	600						22,94	24,06	93,32	703,20
		Выход	9-20								
3	Печенье	20		1,46	2,50	8,8	63,6				
	Чай «Витаминный» с шиповником	185/10/5		0,24	0,09	12,44	54,20				
	Итого	220		1,7	2,59	21,24	117,8				