



Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «25» декабря 2024г.

Среда (1 неделя)

| № п/п | Наименование блюда | Выход | Цена | Белки | Жиры | Углев оды | Калори йность |
|--------------|-------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|--------------|------------------|
| | | 1-4кл | | | | | |
| 1 | Сыр порционно | 10 | 66-76 | 2,63 | 2,66 | 0,00 | 34,33 |
| | Гуляш из говядины | 50/50 | | 10,39 | 14,79 | 10,30 | 221,00 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | | 3,77 | 2,29 | 39,72 | 214,00 |
| | Чай с сахаром, с лимоном | 185/10/5 | | 0,11 | 0,02 | 10,15 | 41,32 |
| | Хлеб ржаной | 50 | | 3,30 | 0,60 | 19,80 | 99,00 |
| | Итого | 510 | | 20,20 | 20,36 | 79,97 | 609,65 |
| | | Выход | | | | | |
| | | 5-11кл | | | | | |
| 2 | Сыр порционно | 10 | 57-56 | 2,63 | 2,66 | 0,00 | 34,33 |
| | Гуляш из говядины | 50/50 | | 10,39 | 14,79 | 10,30 | 221,00 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | | 4,52 | 3,75 | 47,66 | 256,80 |
| | Чай с сахаром, с лимоном | 185/10/5 | | 0,11 | 0,02 | 10,15 | 41,32 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| | Хлеб ржаной | 40 | | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 79,20 |
| Итого | 550 | 21,82 | 21,86 | 93,79 | 679,65 | | |
| 3 | | Выход | 9-20 | | | | |
| | Пряники | 35 | | 2,07 | 1,65 | 26,30 | 128,10 |
| | Чай с сахаром | 190/10 | | 0,07 | 0,02 | 10,01 | 40,00 |
| | Итого | 235 | | 2,14 | 1,67 | 36,31 | 168,1 |