

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

Т. Н. Хайдукова

МЕНЮ на «28» декабря 2024г.

Суббота (1 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калорий ность
		1-4кл					
1	Салат из свежей капусты с морковью	80	66-76	1,05	2,60	5,17	48,32
	Биточки рыбные	90		13,17	10,70	15,79	193,30
	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/3		3,63	6,50	37,58	223,35
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	<b>Итого</b>	<b>553</b>		<b>19,94</b>	<b>20,18</b>	<b>80,57</b>	<b>565,57</b>
		<b>Выход</b>					
		<b>5-11кл</b>					
2	Салат из свежей капусты с морковью	100	57-56	1,75	4,33	8,62	90,53
	Биточки рыбные с рисом отварным рассыпчатым с маслом сливочным	90/150/3		16,80	17,20	53,36	416,65
	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
	<b>Итого</b>	<b>593</b>		<b>21,96</b>	<b>22,15</b>	<b>91,94</b>	<b>647,50</b>
				<b>Выход</b>	<b>9-20</b>		
3	Печенье	20		1,46	2,50	8,8	63,6
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
	<b>Итого</b>	<b>220</b>		<b>1,53</b>	<b>2,52</b>	<b>18,81</b>	<b>103,60</b>