



30.11.2021

Меню
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Кол-во	Блюда	Выход	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,20	0,10	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	15	13,28	54,30	3,45	4,35	0,00
	гор. блюда	188	Запеканка рисовая с творогом и мясным соусом	170	25,95	305,40	10,51	4,68	55,50
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,61	56,00	0,32	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,50	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Мандарины свежие	95	12,40	56,4	0,48	0,5	11,8
	итого			521	63,58	608,80	17,14	17,02	95,84
завтрак 2	фрукты	338	Яблоко свежее	150	16,80	70,5	0,5	0,6	14,7
	фрукты	338	Груша свежая	157	30,20	89,49	0,63	0,16	19
	итого			307	47	159,99	1,23	0,76	33,7
обед	закуска	21	Салат из соевых огурцов с луком	75	10,72	133,13	0,65	3,83	1,96
	1 Блюдо		Суп крестьянский с пшеничной крупой и сметаной	260	11,78	119	1,88	7,1	11,7
			250/10	100	55,61	196	14	14,4	2,72
	2блюдо	260	Гуляш из говядины	150	7,4	198	5,54	4,34	34,2
	гарнир	309	Макаронные отварные	20	1,07	70,50	2,28	0,24	14,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	200	12,05	126	0,77	0,04	27,3
	напиток	342	Компот из кураги	820	98,63	842,63	25,12	29,95	92,58
	итого								
полдник	фрукты	415	Крендель сахарный	100	21,05	269	8,4	2,2	53,7
	напиток		Сок фруктовый в инд. Упаковке (вишня, апельсин)	200	16,74	100,00	0,00	0,00	24,00
	итого			300	37,79	369,00	8,40	2,20	77,70
	итого			1948	247	1980,42	51,89	49,93	299,82

Зав. производством _____ (Ильин А.Н.)

Отв. по питанию _____ (Шитикова И.В.)