

МЕНЮ на 19 января 2023 г

Наименование блюд	5-11 классы			Белк и	Жир ы	Углев оды	№ реце птур ы
	Норма выхода	Ккал.	цена				
<b>завтрак</b>							
Сыр порционный	20	9,0	12-40	5,2	5,3	38,5	97
Каша манная на молоке с маслом	205	210,0	9-55	3,7	10,4	24,4	302
Молоко кипяченое	200	123,0	11-20	5,9	6,8	9,9	697
Хлеб пшеничный	40	99,0	2-49	3,4	0,4	19,9	
Сок фруктовый	200	90,0	74-00	0	0	20,0	
<b>обед</b>							
Уха с перловой крупой	350	154,0	12-44	2,8	6,9	20,0	181
Сырники из творога с повидлом	200	222,0	16-20	34,1	7,1	5,1	358
Чай с сахаром, лимоном	200	63,0	2-58	0,3	0	5,2	686
Хлеб пшеничный	40	99,0	2-49	3,4	0,4	19,9	
Хлеб ржаной	40	79,0	2-11	2,5	0,4	16,1	
Вафли «Артековские»	70	357,0	13-89	5,8	29,2	75,8	

Старший повар Л.А. Милочкина