

цена 63.

Итого в. Итого



«Утверждаю»

Директор школы

Н. И. Булыгина

Меню на 10 день

МОУ «Кадамская основная общеобразовательная школа»

«22» марта 2021 г.

	Наименование блюда	Выход				Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>						
1	Каша пшеничная с маслом ( № 297)	200	8.2	8.4	51	286
2	Бутерброд с сыром и маслом(№3)	47.5	6.5	9.6	9.3	154
3	Кофейный напиток с молоком (№ 692)	200	5.2	2.9	22.0	136
	Итого		19.91 25%	20.9 26%	82.3 25%	576 25%
<b>Обед</b>						
1	Борщ с капустой и картофелем с мясом курицы (№ 110)	250/2 5	2.2	5.3	16.2	121.0
2	Гречка рассыпчатая	200	11.6	10.4	36.8	252
3	Гуляш из мяса говядины	100	8.1	5.4	0.5	91
4	Д/гар. Капуста тушеная (№ 534)	5	2.5	4.6	10.5	24.2
5	Компот из свежих яблок	200	02.	-	25.8	142
6	Хлеб пшеничный	25	1.5	0.15	10.5	50.82
	Хлеб ржаной	27.5	1.05	0.15	8.82	42
	Итого		27.8 36%	27.72 35%	122.3 36%	837.27 35%

Повар

М. Н. Соколова