



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы:
В.А. Янцитов

МЕНЮ
на «21» 03 2022 года

Прием пищи	Раздел	№ рецеп	Блюдо	Выход, гр	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	257	каша гречневая молочная с маслом	210	11=89	198	6,21	5,28	27,9
	гор.напиток	636	кофейный напиток с сахаром	200	3=65	148	5,08	4,06	0,14
	бутерброд с сыром			35	7=78	123	4,73	6,9	14,6
Завтрак 2		102	сок	200	10=50	88	1		18,2
				Итого:	33=82				
Обед	закуска								
			Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	12=22	147	6,2	5,9	15,4
	1 блюдо	135							
	2 блюдо	469	Макароны отварные	180	5=17	265	6,3	7,4	42,3
	гарнир	460	Котлеты куриные	100	9=31	87	11,6	13,14	13,5
	сладкое	628	Чай с сахаром	200	2=14	41	0,2		15
	хлеб бел.	4		40	2=20	93	3,52	1,8	20,9
	хлеб черн.	5							
	фрукты	420	Яблоко	200	17=00	92	0,8		19,6
				Итого:	47=00				

Диетсестра:

Сергеева О.О.