

МЕНЮ НА 02 ДЕКАБРЯ 2022 г.

с 5 кл. по 10кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Котлета рыбная	13,3	4,7	9,59	133,75	100	16,71
2. Картофельное пюре	4,08	6,4	27,26	183	200	11,34
3. Салат из варенной свеклы	1	1,17	4,28	37	60	3,60
4. Чай с сахаром	0,2	-	24	58	200	1,82
5. Хлеб	2,73	0,4	19,5	85,8	30	1,80
Итого:	21,31	12,67	84,63	497,55		35,27

с 1 кл. по 4 кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Котлета рыбная	13,3	4,7	9,59	133,75	100	16,71
2. Картофельное пюре	4,08	6,4	27,26	183	200	11,34
3. Салат из варенной свеклы	1	1,17	4,28	37	60	3,60
4. Чай с сахаром	0,2	-	24	58	200	1,82
5. Хлеб	3,48	1,28	25,08	121,75	60	3,60
6. Фрукты (яблоко)	0,4	0,4	10,3	44	100	18,75
Итого:	22,46	13,95	100,51	577,5		55,82

Многодетные

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
Завтрак						
1. Бутерброд с маслом и сыром	4,7	7,9	7,3	123	30/20/10	6,95
2. Сырники из творога со сгущ. молоком	28,44	19,51	17,1	279,6	150/10	42,73
3. Какао с молоком	4,9	5,0	32,5	190	200	10,92
4. Фрукты (апельсин)	0,9	0,2	8,1	38,76	100	43,40
Итого:	38,94	32,61	65,0	632,36		104,00
Обед						
1. Борщ из свежей капусты на мясокостном бульоне	9,3	7,27	11,92	132,4	250	16,00
2. Котлета рыбная	13,3	4,7	9,59	133,75	100	15,20
3. Картофельное пюре	4,08	6,4	27,26	183	200	11,34
4. Салат из варенной свеклы	1	1,17	4,28	37	60	3,60
5. Чай с сахаром	0,2	-	24	58	200	1,82
6. Хлеб	3,48	1,28	25,08	121,75	60	3,60
Итого:	31,36	20,82	102,13	665,90		51,56
ВСЕГО	70,3	53,43	167,13	1298,26		155,56