

МЕНЮ НА 18 НОЯБРЯ 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. Сок	1,0	0,2	20,2	92	200	13,20
5. Хлеб	2,73	0,4	19,5	85,8	30	1,80
Итого:	22,11	12,87	80,83	494,92		46,65

с 1 кл. по 4 кл.

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне	1,75	4,89	8,49	84,75	250	15,00
2. Котлета рыбная	13,3	4,7	9,59	133,75	100	16,71
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. Сок	1,0	0,2	20,2	92	200	13,20
6. Хлеб	3,48	1,28	25,08	121,75	60	3,60
7. Фрукты (апельсин)	0,9	0,2	8,1	38,76	100	44,28
Итого:	25,51	18,84	103,0	691,01		107,73

Многодетные

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
Завтрак						
1. Бутерброд с сыром	4,7	7,9	7,3	123	30/20	15,50
2. Запеканка из творога со сгущ. молоком	27,84	18	32,4	279,6	150/20	42,73
3. Кофейный напиток	2,24	2,1	25,03	118,8	200	6,40
4. Фрукты (яблоко)	0,4	0,4	10,3	44	100	12,70
Итого:	35,18	28,4	75,03	565,4		39,33
Обед						
1. Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне	1,75	4,89	8,49	84,75	250	15,00
2. Котлета рыбная	13,3	4,7	9,59	133,75	100	16,71
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. Сок	1,0	0,2	20,2	92	200	13,20
6. Хлеб	3,48	1,28	25,08	121,75	60	3,60
Итого:	24,6	18,64	94,9	652,25		63,45
ВСЕГО	59,78	47,04	169,93	1217,65		102,78