

Меню на 28 СЕНТЯБРЯ 2023г.

с 5 кл. по 11кл.

| | белки | жиры | углеводы | Калории | выход | цена |
|--------------------------|-------|-------|----------|---------|--------|-------|
| 1. Птица отварная | 21,1 | 13,6 | - | 206,25 | 100 | 41,24 |
| 2. Рис отварной с соусом | 5,45 | 9,8 | 5,44 | 255,6 | 200/50 | 10,70 |
| 3. Чай с сахаром | 0,2 | - | 24 | 58 | 200 | 2,79 |
| 4. Хлеб | 1,74 | 0,64 | 12,54 | 60,88 | 30 | 2,10 |
| Итого: | 28,49 | 24,04 | 41,98 | 580,73 | | 56,83 |

с 1 кл. по 4 кл.

| | белки | жиры | углеводы | Калории | выход | цена |
|--|-------|------|----------|---------|--------|-------|
| 1. Суп картофельный с бобовым на мясокостном бульоне | 11,70 | 7,32 | 17,80 | 216,86 | 250 | 15,00 |
| 2. Птица отварная | 21,1 | 13,6 | - | 206,25 | 100 | 41,24 |
| 3. Рис отварной с соусом | 5,45 | 9,8 | 5,44 | 255,6 | 200/50 | 10,70 |
| 4. Чай с сахаром | 0,2 | - | 24,0 | 58 | 200 | 2,79 |
| 5. Хлеб | 3,48 | 1,28 | 25,08 | 121,75 | 60 | 4,20 |
| Итого: | 41,93 | 32,0 | 72,32 | 858,46 | | 73,93 |

Многодетные

| | белки | жиры | углеводы | Калории | выход | цена |
|--|-------|-------|----------|---------|--------|--------|
| Завтрак | | | | | | |
| 1. Яйцо варенное | 5,1 | 4,6 | 4,3 | 63 | 40 | 9,80 |
| 2. Бутерброд с маслом | 1,1 | 9,2 | 6,8 | 115 | 30/20 | 12,10 |
| 3. Каша манная с маслом | 5,8 | 9,2 | 31,8 | 240 | 200/6 | 13,20 |
| 4. Кофейный напиток | 2,5 | 3,6 | 28,7 | 152 | 200 | 6,00 |
| Итого: | 13,5 | 26,6 | 71,6 | 570,00 | | 41,10 |
| Обед | | | | | | |
| 1. Суп картофельный с бобовым на мясокостном бульоне | 11,70 | 7,32 | 17,80 | 216,86 | 250 | 15,50 |
| 2. Птица отварная | 21,1 | 13,6 | - | 206,25 | 100 | 29,58 |
| 3. Рис отварной с соусом | 5,45 | 9,8 | 5,44 | 255,6 | 200/50 | 8,76 |
| 4. Чай с сахаром | 0,2 | - | 24 | 58 | 200 | 1,82 |
| 5. Хлеб | 3,48 | 1,28 | 25,08 | 121,75 | 60 | 3,60 |
| Итого: | 41,93 | 32,00 | 72,32 | 858,46 | | 73,93 |
| ВСЕГО | 55,43 | 58,60 | 143,92 | 1428,46 | | 115,03 |