



МЕНЮ

группа Обед (1 - 4 классы)
 Наименование блюд

Выход К/кал Белки Жиры Углеводы Цена блюда


27.11.2023						
обед						
морковь тушеная	60	61,05	0,83	4,29	4,68	3,09
Рассольник «Ленинградский»	250	135	3	4,5	20,1	17,36
Куры отварные	90	119,9	15,76	6,11	0,42	29,62
Макаронные изделия отварные	200	396	7,7	17	50,3	8,74
Хлеб ржаной	60	24	0,57	0,11	5,08	4,64
Мандарин	250					45,92
Компот из с/фр.	200	124	0,6	0	31,4	2,55
ИТОГО	1110	859,95	28,46	32,01	111,98	111,92

28.11.2023						
обед						
сельдь с луком	60	73,7	3,5	5,5	2	21,18
Суп картофельный с бобовыми	250	167	6,2	5,6	22,3	19,95
Жаркое по-домашнему	200	312,5	22	12,3	27	38,02
Хлеб ржаной	60	24	0,57	0,11	5,08	4,64
шоколад	85					88,00
Компот из свежих плодов (яблок)	200	110	0,2	0,2	2,3	5,47
ИТОГО	855	687,2	32,47	23,71	58,68	177,26

29.11.2023						
обед						
капуста тушеная	60	41,36	1,1	1,29	4,71	7,71
Суп картофельный рыбный с макаронными изделиями	250	120	2,9	2,5	21	8,91
Биточки рыбные	90	172,48	11,44	7,74	13,38	21,44
Пюре картофельное	200	218	4,2	9	29,2	10,04
Хлеб ржаной	60	24	0,57	0,11	5,08	4,64
конфеты "Ломтишка"	45					45,46
Компот из кураги	200	124	0,6	0	31,4	5,37
ИТОГО	905	699,84	20,81	20,64	104,77	103,57

30.11.2023						
обед						
д/г горошек консервированный	60	24,75	2,25	0,09	3,74	6,95
Щи из свежей капусты с картофелем	250	8,8	2	4,3	10	20,32
Котлета мясная из говядины	90	229,68	14,08	13,2	14,08	47,97
Гречка отварная	200	230	5,4	8,1	26,8	9,46
Хлеб ржаной	60	24	0,57	0,11	5,08	4,64
Кнфеты "Птица дивная"	45					45,46
Компот с изюмом	200	91	0,4	0,02	6,9	3,42
ИТОГО	820	608,23	24,7	25,8	66,6	138,22

01.12.2023						
обед						
яйцо варено	60	94,5	7,65	6,9	0,45	9,90
Суп из рыбных консервов	250	187	6,9	8,4	20,5	16,59
Рыба отварная	90	138,16	15,29	6,6	3,85	19,80
Рис отварной	200	374	6,3	13	56,1	11,21
Хлеб ржаной	60	24	0,57	0,11	5,08	4,64
Чай с сахаром	200	58	0,2	1,14	15	1,83
ИТОГО:	860	875,66	36,91	36,15	100,98	63,97

Итого 494,94
 Заведующая производством  Савельева Л.Д.