

Утверждаю

Директор школы :



Е. В. 2021 г.

МЕНЮ

10 день

<i>Горячее питание завтрак для 7-11 лет</i>					
	<i>Выход с 7-11 лет</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>	<i>э/ц ккл</i>
Каша рисовая рассыпчатая	150	8,60	6,09	38,64	243,75
Котлета рубленая из птицы с соусом	70/30	14,09	7,39	6,09	147,25
Кисломолочный продукт	200	1,60	1,60	12,40	70,00
Хлеб пшеничный	35	2,37	0,30	13,86	70,14
Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,1	68,97
Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21	95
<i>Льготный обед 7-11 лет</i>					
	<i>Выход 7-11 лет</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>	<i>э/ц ккл</i>
Овощи по сезону	60	0,85	3,60	4,90	55,68
Суп картофельный с горохом	200	1,44	3,94	8,75	83,00
Рагу из птицы	230	25,5	18	16,66	377,5
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,10	68,97
<i>Льготный обед 12 лет и старше</i>					
	<i>Выход 12 лет и старше</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>	<i>э/ц ккл</i>
Овощи по сезону	100	1,41	6,01	8,26	92,80
Суп картофельный с горохом	250	2,51	6,36	14,98	134,06
Рагу из птицы	250	25,50	18,00	16,66	377,50
Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	40	2,37	0,30	13,86	70,14
Хлеб ржаной	40	1,68	0,33	14,10	68,97

Зав. производством: