



МЕНЮ на 13 марта 2024г.

неделя 2

день 9

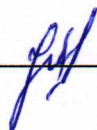
Категория школьников

7-11 лет

ЗАВТРАК						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Салат из отварной свеклы	60	45,6	0,8	2,7	4,6	4,6
Печень тушенная в сметанном соусе	50/50	159	12,66	8,76	3,81	28,46
Макаронные изделия отварные	100	112,3	3,68	3,01	17,63	6,68
Чай с лимоном	200	27,9	0,3	0	6,7	3,14
Хлеб пшеничный	35	81,83	2,76	0,35	16,9	2,58
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,98	1,12	0,22	9,88	2,07
ИТОГО прием пищи	515	472,61	21,32	15,04	59,52	47,55

ОБЕД						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Свекольник	200	85,78	0,46	2,64	10,86	10,37
Салат из белокачанной капусты	60	36,24	0,78	1,95	3,88	7,47
Запеканка из творога со сгущенным молоком	180/20	522,41	20,13	25,26	41,85	138,8
Чай с молоком	200	77,9	3,05	2,35	11,1	11,52
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,98	1,12	0,22	9,88	2,07
Хлеб пшеничный	35	81,83	2,76	0,35	16,9	2,58
ИТОГО прием пищи	715	850,14	28,3	32,77	94,47	172,81

Повар

 Шитова ЮБ