Меню

03.10.2023

7день

МБОУСОШ№25

№ п\	Наименование блюд	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводь	Энерг.цен
	Завтрак						
	7-11лет						
1	Салат из кв.капусты	60		0,79	1,85	3,88	36,24
2	Каша гречневая вязкая	150		4,58	5	20,52	145,5
3	Гуляш из говядины	100		14,55	16,79	2,89	221
4	Сок обрикосовый	200		1	0	20,2	84,8
5	Хлеб пшеничный	30		1,6	0,2	12,3	57,4
	Итого	**540**	**100,45**	**23,62**	**24,14**	**69,21**	**588,82**
	Обед						
1	Яблоко свежее	100		0,4	0,4	9,8	47
2	Суп-лапша домашняя	200		2,05	4,43	9,3	92,6
3	Рагу из овощей с кабачк	150		3,1	4,85	14,1	112,6
4	Котлеты из птицы	90		14,27	13,71	13,32	234
5	Кофейный напиток на молок	200		3,17	2,68	15,95	100,6
6	Хлеб пшеничный	25		2,24	0,28	17,22	80,36
7	Хлеб ржаной	25		1,92	0,35	16,48	76,75
8	Вафли	30		0,59	4,59	20,02	123,75
	Итого	**820**	**111,77**	**27,34**	**30,89**	**106,39**	**820,66**
	Полдник						
1	Омлет натуральтный	100		0,4	0,4	9,8	47
2	Хлеб ржаной	20		3,04	5,44	24	157,5
3	Ряженка	200		1,1	0,2	9,42	43,88
	Итого			5,8	5	8,4	102
		320	**40,32**	**10,34**	**11,04**	**51,62**	**350,38**
		1680		**64,66**	**71,52**	**184,93**	**1707,23**

Старший повар ***З.А.Кузеванова***

ДИРЕКТОР ***Е.П.Радченко***