Меню

08.12.2023

10день

МБОУСОШ№25

№ п\п	Наименование блюд	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен
	Завтрак						
	7-11лет						
1	Нарезка из сол.огурцов	60		0,48	0,06	1,02	6
2	Плов из птицы	210		18,9	9,4	38,27	313,6
3	Йогурт	200		5,6	5	19,4	146
4	Хлеб пшеничный	25		1,6	0,2	12,3	57,4
5	Хлеб ржаной	25		1,38	0,25	**11,77**	54,85
	Итого	**520**	**100,45**				
	Обед						
1	Салат из св. капусты	80		1,71	4,87	9,78	93,8
2	Рассольник по ленингр.со	205		5,52	4,51	26,44	168,4
3	Макароны отварные	150		12,3	16,15	15,5	260,4
4	Фрикадельки из говядины	147		0,13	0,02	15,2	62
5	Чай с лимоном	200		2,24	0,28	17,22	80,36
6	Хлеб пшеничный	35		1,92	0,35	16,48	76,75
7	Хлеб ржаной	35		**24,87**	**28,78**	**105,79**	**790,03**
	Итого	**852**	**111,77**				
	Полдник						
1	Яблоко свежее	100		0,4	0,4	9,8	47
2	Печенье	40		1,5	1,96	14,8	83,4
3	Кисель из яблок	200		**3,51**	**4,42**	**64,7**	**333**
	Итого	**340**	**40,32**				
	1712		**63,4**	**56,43**	**203,8**	**1724,14**

Старший повар *З.А.Кузеванова*

ДИРЕКТОР *Е.П.Радченко*