Меню

16.01.2024

МБОУСОШ№25 **7день**

№ п\п	Наименование блюд	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводь	Энерг.цен
	Завтрак						
	7-11лет						
1	Салат из св.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	25		1,6	0,2	12,3	57,4
6	Хлеб ржаной	20		1,38	0,25	11,77	54,85
	Итого	**555**	**100,45**	**23,62**	**24,14**	**69,21**	**588,82**
	Обед						
1	Суп-лапша домашняя	200		2,05	4,43	9,3	92,6
2	Капуста тушеная	150		3,1	4,85	14,1	112,6
3	Котлеты из птицы	90		14,27	13,71	13,32	234
4	Кофейный напиток на мол	200		3,17	2,68	15,95	100,6
5	Хлеб пшеничный	35		2,24	0,28	17,22	80,36
6	Хлеб ржаной	35		1,92	0,35	16,48	76,75
7	Вафли	30		0,59	4,59	20,02	123,75
	Итого	**740**	**111,77**	**27,34**	**30,89**	**106,39**	**820,66**
	Полдник						
1	Яблоко свежее	100		0,4	0,4	9,8	47
2	Каша рисовая с изюмом	105		0,4	0,4	9,8	47
3	Хлеб ржаной	20		3,04	5,44	24	157,5
4	Ряженка	200		1,1	0,2	9,42	43,88
	Итого			5,8	5	8,4	102
		425	**40,32**	**10,34**	**11,04**	**51,62**	**350,38**
		1720		**64,66**	**71,52**	**184,93**	**1707,23**

Старший повар **З.А.Кузеванова**

ДИРЕКТОР **Е.П.Радченко**