

меню с 7 лет
23 января 2023

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	алорийност	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150		228	6,45	7,78	33,02	
		гор.напиток	коф напиток	200		152	2,50	3,60	28,70	
	хлеб		хлеб пшеничный	20		48	1,52	0,17	9,72	
			сыр порциями	10		90	5,75	9,75	0,00	
			фрукты	100		50	0,44	0,44	10,78	
итого										
Обед	закуска	71	огурцы свежие	60		12	0,48	0,12	3,12	
	гор.блю	124	суп картофельный с горохом	200		118	4,71	3,73	15,96	
		518	макаронные отварные	150		211	5,32	4,89	35,52	
	гор.блю	471	котлеты рубленные с	50\30		165	9,08	15,20	9,20	
	сладкое	631		чай с фруктовым соком	200		95	0,34	0,02	24,53
			хлеб черн.	ржаной	60		126	2,82	0,60	0,60
итого										
итого за день										

Директор школы:  Пакулаева Е.В.

меню с 12 лет

23 января 2022

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	алорийност	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	200	15,92	274	7,74	9,34	39,62	
		гор.напиток	коф напиток	200	9,96	152	2,50	3,60	28,70	
	хлеб		хлеб пшеничный	25	4,75	60	1,90	0,21	12,15	
			сыр порциями	25		90	5,75	9,75	0,00	
			фрукты	100		44	0,99	0,22	8,91	
итого										
Обед	закуска	71	огурцы свежие	100	3,86	20	0,80	0,20	5,20	
	гор.блю	124	суп картофельный с горохом	250	8,53	148	5,89	4,66	19,95	
		518	макаронные отварные	180	7,97	206	11,35	19,00	11,50	
	гор.блю	471	котлеты рубленные с соусом	100	32,40	206	11,35	19,00	11,50	
	сладкое	631		чай с фруктовым соком	200	5,45	95	0,34	0,02	24,53
			хлеб черн.	ржаной	65	3,93	137	3,06	0,65	0,65
итого										
итого за день										

Директор школы:  Пакулаева Е.В.