



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше.

День 4(Четверг)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	3	Бутерброд с сыром	50	162,8	5,76	7,95	14,62	14,70
2.	175	Каша из риса и пшена с маслом	260	320,97	7,4	14,12	40,97	16,26
3.	376	Чай с сахаром	200	56,85	0,1	0,03	14,99	1,45
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,41
		Итого	550	635,82	16,3	22,42	90,02	35,82

Обед

№ п/п	№ по С	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	52	Салат из свеклы отварной	100	89,85	1,35	6,08	7,87	4,39
2.	88	Щи из св. капусты с кар.со сметаной	255	98,12	1,85	5,94	8,26	6,23
3.	269/331	Биточки рубленые с томатным соусом	100	180,63	7,93	12,29	10,2	30,34
5.	309	Макароны отварные	200	260,59	7,03	6,5	42,3	7,31
6.	348	Компот из чернослива	200	92,81	0,34		23,65	10,12
		Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	2,56
		Итого	895	797,6	21,42	31,33	106,48	60,95

Старший повар Чертова Н.В.

Бухгалтер о/п Виноградова Л.В.