



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год
Возрастная категория: с 12 лет и старше.

День 5 (Пятница)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	359,91	11,64	8,7	57,26	10,66
2.	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,95		14,28
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	9,83
4.	338	Фрукты	100	40	0,8	0,3	8,1	8,86
5.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,41
Итого			565	728,11	25,02	18,47	110,61	47,04

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	67	Винегрет овощной	100	124,34	1,34	10,11	6,86	5,57
2.	96	Рассольник Ленинградский со смет.	255	134,1	2,23	6,06	16,91	7,19
3.	290/330	Птица, тушенная в сметан соусе	100	113,6	14,42	19,99	2,95	25,86
4.	310	Картофель отварной	200	222,23	4,45	7,26	34,07	9,46
5.	342	Компот из св.яблок	200	108,96	0,16	0,16	27,87	5,57
6.		Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	2,56
Итого			925	778,83	25,52	44,1	102,86	56,21

Старший повар Чертова Н.В.
 Бухгалтер о/п Виноградова Л.В.