



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 10 (Четверг)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Цена,руб	
				Ккал	Белки	Жиры		
1.	1	Бутерброд с маслом сливочным	40	146,2	2,33	8,49	14,66	10,43
2.	204	Макароны отварные с сыром	205	286,32	10,95	9,41	38,33	23,16
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	9,83
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,84
5.	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	11,40
6.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	10,77
		Итого	625	778,52	25,59	26,42	108,32	69,43

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Цена,руб	
				Ккал	Белки	Жиры		
1.	43	Салат из белокочанной капусты	100	86,07	1,48	5,08	8,98	5,87
2.	106	Суп крестьянский с крупой	250	109,76	1,89	4,97	14,28	5,26
3.	280/331	Фрикадельки из говяд., тушеные в томат. соусе	100	161,44	8,37	9,52	11,52	32,22
4.	303	Каша пшеничная вязкая	200	230,22	5,47	8,39	32,65	7,55
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	11,84
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36		2,88
		Итого	890	794,32	20,69	28,32	95,49	65,62

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