

Меню на 21 октября 2024г

Школа

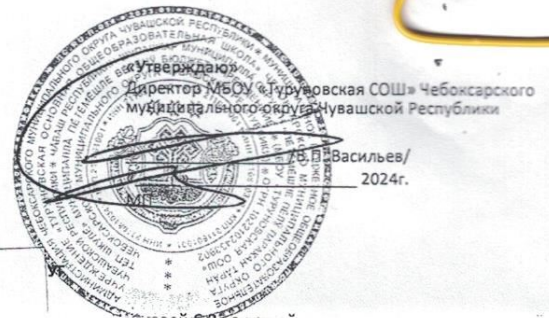
с 07 лет - до 12 лет

Отд./корп

День

6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	333*	Макароны отварные с сыром и маслом сливочным (215/10/5)	230	9,50	233,83	9,70	9,22	27,69
	гор.напиток	693*	Какао с молоком	200	8,50	143,00	5,79	3,20	25,81
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	60	4,00	138,60	4,80	0,60	29,80
	хол.закуска	96*	Масло сливочное	10	8,00	66,10	0,08	7,25	0,13
				500	30,00	581,53	20,37	20,27	83,43
Обед	закуска	50*	Салат из свёклы с сыром	60	8,50	63,91	1,81	4,65	5,72
	1 блюдо	149*	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	200	16,00	148,20	4,28	5,71	10,71
	2 блюдо	3888	Котлета куриная с соусом (60/40)	100	32,00	126	7,05	4,20	8,05
	гарнир	508*	Рис отварной рассыпчатый	180	10,00	208,80	3,96	0,90	44,82
	сладкое	639*	Компот из сухофруктов	200	5,00	108,96	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	60	3,50	73,50	2,34	0,27	16,80
				800	75,00	728,87	19,60	15,89	113,97
				1300	105,00	1310,40	39,97	36,16	197,40



Меню на 21 октября 2024г

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	333*	Макароны отварные с сыром и маслом сливочным (230/15/5)	250	13,00	254,16	10,54	10,02	30,09
	гор.напиток	693*	Какао с молоком	200	10,00	143,00	5,79	3,20	25,81
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	60	4,00	138,60	4,80	0,60	29,80
	хол.закуски	96*	Масло сливочное	10	8,00	66,10	0,08	7,25	0,13
				520	35,00	601,86	21,21	21,07	85,83
Обед	закуска	50*	Салат из свёклы с сыром	100	10,50	106,52	3,01	7,75	9,53
	1 блюдо	149*	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	250	18,00	185,25	5,35	7,13	13,38
	2 блюдо	3888	Котлета куриная с соусом (60/40)	100	32,00	84	7,05	4,20	8,05
	гарнир	508*	Рис отварной рассыпчатый	200	13,00	232,00	4,40	1,00	49,80
	сладкое	639*	Компот из сухофруктов	200	5,00	108,96	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	60	3,50	73,50	2,34	0,27	16,80
	фрукт								
				910	82,00	790,29	22,31	20,51	125,43
				1430	117,00	1392,15	43,52	41,58	211,26