

МЕНЮ на 20 Декабря 2024 г. 5 день пятница по школе №17 дети с 5 по 11 класс

| Наименование блюда | Цена (руб.) | Валюта (руб.) | Показатель полезности | | | |
|---|-------------|---------------|-----------------------|-----------|----------------------|------------|
| | | | БЖУ | Жиры | Гликемический индекс | СФУ |
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| Каша манная молочная с маслом сладочным | 13-22 | .300 | 14.4 | 18.0 | 41.0 | 472.0 |
| Кофейный напиток с молоком | 9-21 | .200 | 2.8 | 3.6 | 28.7 | 152.0 |
| Батон | 2-57 | .060 | 5.24 | 1.17 | 21.07 | 175.2 |
| | 35= | | 22 | 20 | 91 | 799 |
| <u>Обед 1 вариант</u> | | | | | | |
| Салат из сол. огурцов /масл.р | 16-78 | .100 | 2.8 | 5.0 | 11.5 | 123.0 |
| Суп крестьянский с тыквой | 10-16 | .250 | 3.7 | 8.3 | 17.0 | 124.8 |
| Котлеты из филе кур, паниров. с соусом | 39-03 | .090/50-40 | 13.7 | 10.03 | 18.8 | 269.0 |
| Каша рисовая вязкая | 12-55 | .180 | 3.0 | 7.0 | 27.5 | 188.0 |
| Чай с сахаром | 1-76 | .200 | 0.20 | | 15.00 | 50.00 |
| Хлеб пшеничный | 2-68 | .030 | 2.28 | 0.24 | 14.58 | 71.00 |
| Хлеб ржаной | 2-04 | .030 | 1.98 | 0.36 | 10.26 | 54.00 |
| | 85= | | 28 | 28 | 113 | 828 |
| <u>Обед 2 вариант</u> | | | | | | |
| Салат из сол. огурцов /масл.р | 16-78 | .100 | 2.8 | 5.0 | 11.5 | 123.0 |
| Котлеты из филе кур, паниров. с соусом | 39-03 | .090/50-40 | 13.7 | 10.03 | 18.8 | 269.0 |
| Каша рисовая вязкая | 12-55 | .180 | 3.0 | 7.0 | 27.5 | 188.0 |
| Чай с соком | 3-10 | .200/25 | 0.2 | | 15.0 | 55.0 |
| Печенье "Космос" | 8-82 | .024/штук | 1.92 | 3.6 | 15.12 | 164.0 |
| Хлеб пшеничный | 2-68 | .030 | 2.28 | 0.24 | 14.58 | 71.00 |
| Хлеб ржаной | 2-04 | .030 | 1.98 | 0.36 | 10.26 | 54.00 |
| | 85= | | 28 | 28 | 110 | 807 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| Пирожки печеные с капустой/мясом | 11-01 | .060 | 7.7 | 10.7 | 18.2 | 118.0 |
| Вафли "Пломбирок" | 5-89 | .015 | 0.6 | 3.0 | 10.5 | 75.0 |
| Сок фруктовый | 23-10 | .200 | 0.60 | | 34.00 | 132.00 |
| | 40= | | 9 | 14 | 60 | 325 |

Директор _____
 Зам.прод.хозяйства _____
 Кассир _____



Муратова Т.А.
 Вахитова Г.А.
 Степанова С.Г.