



09.11.23

9 день

Завтрак для 1-4 классов (горячее питание) 1 смена					
Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ккл.
Сырники творожные	120	20,02	15,64	12,77	275,98
Соус шоколадный	50	0,85	0,59	10,54	51,32
Чай с молоком	200	1,16	1,00	11,90	64,50
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Фрукты свежие ()	100	0,35	0,35	8,62	41,36
Завтрак для 5-11 классов (льготной категории) 1 смена					
Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ккл.
Макароны запеченные с сыром	240	13,08	9,52	58,72	374,10
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00
Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00
Обед для 1-4 классов (льготной категории) 1 смена					
Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ккл.
Салат из свеклы с сыром	60	2,14	7,81	4,42	96,92
Рассольник Ленинградский	200	1,98	3,51	13,74	95,14
Куры запеченные	100	20,42	20,27	0,05	264,71
Каша гречневая	150	6,34	4,91	28,61	183,75
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80
Компот из яблок свежих	200	0,12	0,12	22,90	93,90
Обед для 5-11 классов (льготной категории) 1 смена					
Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ккл.
Салат из свеклы с сыром	100	3,56	13,01	7,36	161,50
Рассольник Ленинградский	250	2,48	4,01	17,20	115,63
Куры запеченные	100	20,42	20,27	0,05	264,71
Каша гречневая	180	7,60	5,90	34,33	220,49
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80
Компот из яблок свежих	200	0,12	0,12	22,90	93,90

За подписью