



Меню

12 января 2022г.

3 день

Горячее питание для 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Салат из свеклы с сол огурцом	60	0,98	2,47	4,37	43,74
Омлет натуральный	115	4,78	19,20	2	224
Сыр твердый (порционно)	15	3,48	4,42	0,00	54,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Кофейный напиток	200	3,16	2,67	15,94	100,60
Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Завтрак для детей социальной группы населения 5-11 классы					
Кондитерское изделие	40	0,26	3,02	28,88	153,20
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Льготный обед с 7-11 лет (1 смена)					
	Выход 7-11 лет	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Салат из свежей капусты	60	0,85	3,6	4,9	55,68
Суп с бобовыми (горох)	200	4,60	3,40	15,60	112,00
Тефтеон рыбные с соусом	80/20	8,26	8,05	11,76	152,50
Картофельное пюре	150	3,30	4,80	21,50	141,90
Кисель из свежих яблок	200	0,11	0,10	25,09	119,20
Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Кондитерское изделие	15	0,02	1,43	11,20	37,50
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	13,86	70,14
Хлеб ржаной	40	1,68	0,33	14,10	68,97
Льготный обед с 12 лет и старше					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Салат из свежей капусты	100	1,32	3,24	6,46	60,40
Суп с бобовыми (горох)	250	5,89	4,25	19,50	140,00
Тефтели рыбные с соусом	90/20	9,29	9,05	13,23	171,56
Картофельное пюре	180	3,96	5,76	25,80	170,28
Кисель из свежих яблок	200	0,11	0,10	25,09	119,20
Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Кондитерское изделие	15	0,02	1,43	11,20	37,50
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	23,10	116,90
Хлеб ржаной	60	2,47	0,49	21,15	103,00