



31 января 2022 г.

6 день

Горячее питание для 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	60	1,63	4,31	8,72	80,28
Макароны отварные с сыром	150/10	5,45	5,78	30,45	195,70
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Завтрак льготной категории 5-11кл (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	60	1,63	4,31	8,72	80,28
Макароны отварные с сыром	180/10	6,54	6,93	36,54	234,84
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
Льготный обед для 7-11 лет					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Салат из свеж капусты	60	0,84	6,00	4,37	75,06
Рассольник Ленинградский	200	1,80	4,20	11,00	90,00
Гуляш из говядины	50/50	13,36	14,08	3,27	164,00
Капа рисовая вязкая	150	8,64	11,06	54,30	352,00
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Хлеб ржаной	40	1,68	0,33	14,10	68,97
Фрукты свежие	100	1,00	0,30	19,00	94,00
Льготный обед 12 лет и старше					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Салат из свежей капусты	100	1,40	10,00	7,29	125,10
Рассольник Ленинградский	250	5,75	4,25	19,50	140,00
Гуляш из говядины	75/50	20,04	21,12	4,90	246,00
Капа рисовая вязкая	180	10,36	13,27	65,16	422,40
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	23,10	116,90
Хлеб ржаной	60	2,47	0,49	21,15	103,00
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Полдник льготной категории 5-11кл (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	60	1,63	4,31	8,72	80,28
Макароны отварные с сыром	180/10	6,54	6,93	36,54	234,84
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
Горячее питание для 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Салат из свеж капусты	60	0,84	6,00	4,37	75,06
Рассольник Ленинградский	200	1,80	4,20	11,00	90,00
Гуляш из говядины	50/50	13,36	14,08	3,27	164,00
Капа рисовая вязкая	150	8,64	11,06	54,30	352,00
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Хлеб ржаной	40	1,68	0,33	14,10	68,97
Фрукты свежие	100	1,00	0,30	19,00	94,00
Полдник льготной категория 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	30	0,42	3,00	2,18	37,53
Макароны отварные с сыром	150/10	5,45	5,78	30,45	195,70
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80

Зав. производством: