

РАСПРЕД

МЕНЮ 1 неделя 3 день

Согласовано:

Директор школы № 229

ПЕТРОВА НА

«12» МАЯ 2021 г.

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК					
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150/5	3,9	6,3	21,6	159,0
Запеканка из творога с морковью и молоком сгущенным	60/20	13,5	7,8	24,8	235,0
Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	15,2	62,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого завтрак: 63 руб		20,0	15,3	87,8	580,0
ОБЕД					
Винегрет овощной с сельдью и маслом растительным (01.03 с луком зеленым)	60/20	6,3	7,8	4,0	130,0
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	200/10/ 5	3,8	5,2	7,1	113,0
Сосиски отварные	100	11,2	24,4	0,4	266,0
Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	31,3	191,0
Компот из кураги с вит. «С»	200	1,0	0,1	34,2	142,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	56,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 110 руб		31,4	43,2	104,0	976,0
ОБЕД					
Винегрет овощной с сельдью и маслом растительным (с 01.03 с луком зеленым)	100	1,4	10,1	6,6	123,0
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	250/ 10/10	4,0	6,6	8,0	116,0
Сосиски отварные	100	11,2	24,4	0,4	266,0
Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,76	37,56	229,0
Сок фруктовый (апельсиновый)	200	0,14	0,2	26,4	115,0
Хлеб ржано-пшеничный об.микронутр.	40	2,6	0,4	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутр.	40	3,0	1,2	23,24	115,0
Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого обед: 173 руб		29,46	38,9	129,0	1101,0

Заведующий производством

ГУЛЯЕВА ЕВ