

## РАСПРЕД

## МЕНЮ 1 неделя 4 день

Согласовано:

Директор школы № 229  
ПЕТРОВА НА

«13» МАЯ 2021 г

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша «Янтарная» из пшена с яблоками	150	5,04	7,32	28,1	199,0
Омлет с сыром	60	7,5	9,9	21,1	164,0
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Апельсин свежий	100	0,9	0,2	8,1	43,0
Итого завтрак: <b>63 руб</b>		16,84	19,42	96,1	591,0
<b>ОБЕД</b>					
Салат из свежих помидоров с маслом растительным (с 01.03 с луком зеленым)	60	0,6	6,1	1,98	65,0
Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	2,3	4,4	13,5	122,0
Биточки	80	12,0	12,3	10,1	200,0
Морковь, тушенная с рисом	150	2,8	9,24	24,0	191,0
Компот из изюма с витамином «С»	200	0,5	0,1	28,1	116,0
Булочка домашняя	60	4,0	7,44	33,5	216,0
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: <b>110 руб</b>		25,8	40,48	138,18	1044,0
<b>ОБЕД</b>					
Салат из свежих помидоров с маслом растительным (с 01.03 с луком зеленым)	100	1,0	10,2	3,3	109,0
Рассольник ленинградский со сметаной	250/ 5	3,0	5,8	17,2	133,0
Голубцы ленивые	250	15,6	16,8	15,5	369
Компот из изюма с витамином «С»	200	0,5	0,1	28,1	116,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,72	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутриентами	40	3,0	1,2	23,24	115,0
Апельсин свежий	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого обед: <b>173 руб</b>		26,72	34,54	112,44	975,0

Заведующий производством

Гуляева ЕВ