

РАСПРЕД

МЕНЮ 2 неделя 4 день



Директор школы № 229

Петрова Н.А.

20 МАЯ 2021 г.

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК					
Бутерброд с джемом абрикосовым	40	1,2	4,3	22,0	132,0
Каша пшеничная молочная с маслом сл.	150/5	5,6	6,9	24,4	183,0
Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Апельсин свежий	100	1,4	0,3	12,2	85,0
Итого завтрак: 63 руб		13,0	14,7	99,8	611,0
ОБЕД					
Салат из свеклы отварной с маслом раст.	60	0,7	5,0	4,3	68,0
Рассольник с курой, со сметаной	200/10/5	4,0	5,0	12,0	124,0
Котлета рыбная любительская	80	10,8	2,9	9,6	88,0
Пюре картофельное	150	3,1	5,4	20,3	141,0
Напиток из клюквы, протертой с сахаром, с витамином С	200	0,1	0,1	26,0	102,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	56,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	12,9	78,0
Итого обед: 110 руб		22,3	19,3	98,2	657,0
ОБЕД					
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	100	1,2	7,9	7,1	114,0
Рассольник с курой, со сметаной	250/10/5	4,6	6,0	14,3	134,0
Рыба, запеченная в омлете	100	14,5	13,9	10,3	232,0
Пюре картофельное	180	3,7	6,5	24,36	169,0
Напиток лимонный с витамином С	200	0,2	0,0	25,7	105,0
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
Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого обед: 173 руб		30,32	36,14	131,8	1005,0

Заведующий производством

Гуляева ЕВ