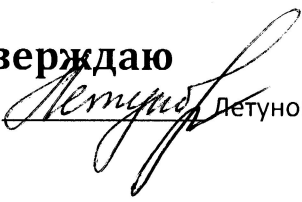


Утверждаю

Заведующая школы :  Петунова С.А.

Меню

08.10.2020г

	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
С 11 лет и старше						
Салат картофельный с огурцами солеными	100	1,7	5,3	10,5	97	7,67
Колбасные изделия отварные с маслом	100/5	8,5	10,3	0,4	128	39,14
Макаронные изделия отварные	180	3,1	2,9	38,7	193	5,58
Компот из кураги + Витамин»С»	200	0,8	0,1	20,1	85	2,49
Хлеб пшеничный	54	3,8	0,4	24,6	118	2,27
Хлеб ржаной	48	2,6	0,5	13,4	70	2,21
Чокопай	56	2,8	2,9	33,0	169	18,92
Печенье	19	2,8	2,9	33,0	169	1,72
итого						80,00

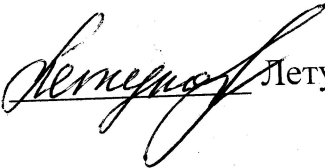
С 7 до 11 лет						
Салат картофельный с огурцами солеными	100	1,7	5,3	10,5	97	7,33
Колбасные изделия отварные с маслом	80/5	7,9	8,3	0,3	108	31,21
Макаронные изделия отварные	150	2,9	2,5	33,8	169	4,07
Компот из кураги + Витамин»С»	200	0,8	0,1	20,1	85	2,49
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	19,7	94	1,68
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0,92
Барни	30	2,8	2,9	33,0	169	17,8
Сок	200	0,7	0,0	12,2	52	14,5
итого						80,00

повар :



Медведева М. Л.

Утверждаю

Заведующая школы:  Летунова С.А.

Меню

08.10.2020.

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цены
Завтрак						
Суп молочный с крупой	250	6,6	7,8	30,8	220	12,78
Бутерброд горячий с сыром	55	5,3	12,5	13,5	188	15,88
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	0,77
Хлеб ржаной	9	1,3	0,2	6,7	35	0,41
Хлеб пшеничный	70	4,6	0,5	29,5	141	2,94
Обед						
Салат картофельный с огурцами солеными	100	1,7	5,3	10,5	97	6,67
Свекольник с мясом, со сметаной	250/10/5	4,6	4,2	14,5	114	23,29
Колбасные изделия отварные с маслом	100/5	8,5	10,3	0,4	128	37,61
Макаронные изделия отварные	180	3,1	2,9	38,7	193	5,13
Компот из кураги + Витамин «С»	200	0,8	0,1	20,1	85	2,49
Хлеб пшеничный	90	0,1	0,6	39,4	188	3,78
Хлеб ржаной	0	4,0	0,7	20,0	104	
Чокопай	56	1,5	2,1	19,0	101	18,92
Сок	1000	0,7	0,0	12,2	52	52,68
Печенье	69	1,5	2,1	19,0	101	6,25
итого						189,60

с 7 до 11 лет	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Суп молочный с крупой	200	5,3	6,2	24,6	175	7,89
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	10,02
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	0,77
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,52
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Обед						
Салат картофельный с огурцами с солеными	100	1,7	5,3	10,5	97	6,75
Свекольник с мясом, со сметаной	250/10/5	4,6	4,2	14,5	114	20,08
Колбасные изделия отварные с маслом	80	7,9	8,3	0,3	108	33,07
Макаронные изделия отварные	150	2,9	2,5	33,8	169	4,07
Компот из кураги + Витамин «С»	200	0,8	0,1	20,1	85	2,49
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,52
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	70	1,84
Сок	600	0,7	0,0	12,2	52	43,5
Вафли	100	1,5	2,1	19,0	101	18,00
Йогурт	200	3,9	1,8	11,0	76	28,00
Печенье	74	1,5	2,1	19,0	101	6,70
итого						189,60

повар:  Медведева М.Л.