

Подразделение: Школа

По Главному меню

МЕНЮ НА ВЫХОД

Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
Завтрак2					
Мандарины (Мандарины)	74	0,6	0,15	5,6	28,37
Какао с молоком (Сахар, Какао-порошок, Молоко)	200	3,57	3,47	18,97	124,39
Каша рисовая жидкая молочная 200/10 (Сахар, Крупа рисовая, Соль, Молоко, Масло сливочное)	200/10	5,17	10,76	33,29	253,3
Хлеб пшеничный 1с 40 (Хлеб пшеничный 1с)	40	3,16	0,4	19,32	94
Итого за Завтрак2	514/10	12,5	14,78	77,18	500,06
Обед					
Хлеб ржаной 40,0 г (Хлеб ржаной)	40	2,72	0,52	15,92	80,4
Салат из белокочанной капусты с яблоком (Сахар, Яблоки свежие, Морковь, Лук репчатый, Капуста белокочанная свежая, Чеснок, масло растительное)	100	1,57	5,23	14,57	108,49
Компот из замороженных ягод (Сахар, Лимонная кислота, Ягоды быстрозамороженные)	200	0,2	0,08	16,43	68,65
Суп картофельный с бобовыми (Морковь, Лук репчатый, Картофель, Соль, масло растительное, Чечевица)	250	7,86	5,68	27,78	184,21
Тефтели рыбные (Сметана, Лук репчатый, мука пшеничная, Крупа рисовая, Соль, Томатная паста, масло растительное, Филе трески)	100/30	15,15	6,45	16,38	180,41
Картофель отварной 180 (Картофель, Соль, Масло сливочное)	180	4,16	5,39	33,61	200,04
Хлеб пшеничный 1с 40 (Хлеб пшеничный 1с)	40	3,16	0,4	19,32	94
Итого за Обед	910/30	34,82	23,75	144,01	916,2
Полдник					
Сок фруктовый (Сок фруктовый)	200	2	0,4	40,4	184
Запеканка творожная с джемом 150/30 (Сахар, Сметана, Яйцо, Творог, крупа манная, Соль, Джем, Масло сливочное)	150/30	26,85	19,42	40,93	445,2
Итого за Полдник	350/30	28,85	19,82	81,33	629,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		76,17	58,35	302,52	2045,46