

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					
Каша вязкая на молоке из хлопьев овсяных (Молоко, Овсяные хлопья "Геркулес", Сахар, Соль, Масло сливочное)	200	8,39	13,18	37,31	303,92
Сыр Российский 20 (Сыр Российский)	20	4,93	6,17	0,1	74,45
Хлеб пшеничный 1с 40 (Хлеб пшеничный 1с)	40	3,16	0,4	19,32	94
Кофейный напиток с молоком (Молоко, Сахар, Кофейный напиток)	200	3,6	3,92	15,46	115,45
Яблоки свежие 100 (Яблоки свежие)	100	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб ржаной 40,0 г (Хлеб ржаной)	40	2,72	0,52	15,92	80,4
Итого за Завтрак2	600	23,2	24,59	97,91	715,22
Обед					
Салат из солёных огурцов с луком репчатым (Лук репчатый, масло растительное, Огурцы соленые)	100	1,12	5,1	7,03	65,86
Суп с макаронными изделиями и картофелем с курицей (Макароны, вермишель, лапша, Соль, Морковь, Лук репчатый, Картофель, Птица (бедро), масло растительное, Томатная паста)	250/30	13,03	11	26,79	230,98
Рыба запеченная с овощами (Горбуша ПБГ, Соль, Морковь, Лук репчатый, масло растительное, Томатная паста)	100/20	24,89	9,87	3,81	199,79
Рис отварной 180 (Крупа рисовая, Соль, Масло сливочное)	180	4,6	6,52	48,06	269,32
Компот из замороженных ягод (Сахар, Лимонная кислота, Ягоды быстрозамороженные)	200	0,2	0,08	16,43	68,65
Хлеб ржаной 40,0 г (Хлеб ржаной)	40	2,72	0,52	15,92	80,4
Хлеб пшеничный 1с 40 (Хлеб пшеничный 1с)	40	3,16	0,4	19,32	94
Итого за Обед	910/50	49,72	33,49	137,36	1009
Полдник					
Ряженка (Ряженка)	200	5,97	5,15	8,65	111,24
Сдобная булочка 70 (Молоко, мука пшеничная, Сахар, Яйцо, Соль, Дрожжи, масло растительное, Масло сливочное)	70	7,81	8,79	43,69	289,87
Итого за Полдник	270	13,78	13,94	52,34	401,11
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		86,7	72,02	287,61	2125,33