

Меню на 09.10.2023

Категория
Довольствующихся: сад 12 ч.



УТВЕРЖДЕНО:
директор
Школа-лицей №17
И. В. Глушко

1

| Наименование блюда | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|------------------------------------|-------------|---------------|--------------|---------------|--------------------------|-------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Суп молочный Артек | 200 | 5,56 | 5,16 | 18,35 | 154 | 94 |
| Кофейный напиток | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,36 | 91 | 395 |
| Бутерброд с маслом | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 | 1 |
| ИТОГО: | 420 | 10,86 | 15,12 | 47,33 | 381 | |
| 2-й завтрак | | | | | | |
| Йогурт | 180 | 5,40 | 1,80 | 7,20 | 67 | 401 |
| Обед | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 17,72 | 94 | б/н |
| Борщ с фасолью | 200 | 2,8 | 4,8 | 11,6 | 94,6 | 63 |
| Салат из капусты белокочанной | 50 | 0,704 | 2,54 | 4,50 | 43,7 | 20/- |
| Котлеты рыбные любительские | 80 | 10,95 | 3,70 | 8,69 | 112 | 256 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,62 | 4,9 | 29,12 | 234 | 165 |
| Компот яблочный витаминизированный | 180 | 0,14 | 0,14 | 21,49 | 103,14 | 398 |
| ИТОГО: | 880 | 31,774 | 18,28 | 100,3 | 654,44 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| Чай с сахаром | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40 | 392 |
| Хлеб ржаной | 45 | 2,97 | 0,54 | 15,03 | 78,3 | б/н |
| Омлет натуральный | 120 | 13,2 | 25,47 | 2,5 | 293 | 215 |
| Икра кабачковая | 30 | 0,36 | 1,41 | 2,31 | 23,4 | б/н |
| Кондитерское изделие | 30 | 1,29 | 1,44 | 13,65 | 74,5 | б/н |
| ИТОГО: | 440 | 17,88 | 28,88 | 43,48 | 509 | |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ | | 60,514 | 62,28 | 191,11 | 1544,44 | |

Повар  Мохник Н. Т.

Мед. сестра  Григорьева А. М.