

Меню на 21.12.2023

Категория

Довольствующихся: сад 12 ч.



УТВЕРЖДЕНО:

директор МБОУ

«Школа-лицей №17»

И. В. Глушко

4

Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак						
Суп молочный с гречкой	200	5,97	5,47	17,08	141,6	94
Кофейный напиток	180	2,85	2,41	14,36	91	395
Бутерброд с маслом и сыром	45	4,73	6,88	14,56	139	3
ИТОГО:	425	13,55	14,76	46	371,6	
2-й завтрак						
Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	92	401
Обед						
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	17,72	94	б/н
Суп-лапша	200	1,77	4	9,5	81	86
Винегрет	50	0,67	3,08	3,84	45,8	45
Бефстроганов из говядины	80	10,34	8,2	2,1	124,6	278
Каша ячневая	150/5	3,3	4,06	21,24	135	168
Компот из свежих ягод	180	0,39	0,14	21,8	90,18	372
ИТОГО:	885	25	24	84	663	
Уплотнённый полдник						
Кисель из сухофруктов	180	0,21	0,01	31,75	127,98	379
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3	б/н
Кондитерское изделие	30	1,29	1,44	13,65	74,5	б/н
Драчена	150	15,03	20,62	8,91	282,3	322
Салат из капусты белокачанной/квашенной	50	0,704/0,6	2,54/0,3	4,50/11	43,7/106,5	20/-
ИТОГО:	455	7/ 7,78	8,01/ 6,89	97,2/89,45	512,28	
Всего за день		59/58	64/62	203/210	1641/ 1704	

Повар  Берестовая Н.М.

Мед. сестра  Григорьева А.М.