

Меню на 23.06.2024

СОШ №15

ПРИШКОЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

	Выход	бел/жир/углев.	Ккал
1- ЗАВТРАК(младшие)			
Круассан	50	7,45/23/37	370
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33/8,12/15,55	144,6
Каша кукурузная молочная	150	8,11/3,32/25,59	163
Фрукты(яблоко)	120	0,48/0,48/11,76	56,4
Кофейный напиток с молоком	200	3,17/2,68/5,97	60,6
Батон нарезной	50	3,75/1,45/25,7	131
Итого	610	25,29/39,05/122,54	925,6

ОБЕД (младшие)			
Салат из свеклы отварн.с зелен.горошком	60	0,99/2,47/4,38	43,74
Щи из свежей капусты, с картофелем, с мясными фрикаделькамиЮсо сметаной	200/10/10	4,87/8,64/10,76	129,91
Биточки рыбные из минтая	90	10,68/8,98/16,21	170,2
Пюре картофельное	150	3,09/4,98/39,48	177,55
Компот из свежих яблок	200	0,16/0,16/27,88	114,6
Хлеб ржаной	50	3,3/0,6/19,8	99
Хлеб пшеничный	40	3,04/0,32/19,68	94
	821	26,12/26,27/138,19	829
ВСЕГО	1431	51,41/65,32/260,76	1754,6

ЗАВТРАК ЛТО			
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33/8,12/15,55	144,6
Каша кукурузная молочная	200	7,67/11,32/35,46	219,22
Круассан	50	7,45/23/37	370
Фрукты (яблоки)	120	0,48/0,48/11,76	56,4
Кофейный напиток с молоком	200	3,17/2,68/5,97	60,6
Батон нарезной	50	3,75/1,45/25,7	131

ОБЕД ЛТО			
Салат из отварной свеклы с зелен.горошко	100	1,62/4,12/7,29	72,9
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясными фрикадельками,со сметаной	250/10/10	7,22/11,14/12,34	159,52
Биточки рыбные из минтая	100	11,87/9,98/18,02	189,12
Пюре картофельное	180	3,68/5,76/24,53	164,7
Компот из свежих яблок	200	0,16/0,16/27,88	114,6
Хлеб ржаной	60	3,96/0,72/23,76	118,8
Хлеб пшеничный	50	3,8/0,4/24,6	118

ВСЕГО	1620	57,18/79,33/269,86	1918,96
--------------	-------------	---------------------------	----------------

Директор школы

Чернятьева Т.А.

/ Шеф-повар/ *Касанов*

Шостова Т.П.

