



Меню

на 15 февраля 2021 года

1-4 классы 53,41

	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК					
Горячее бесплатное питание младшие					
Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,70	88
Салат из белокачанной капусты	60	0,93	3,05	5,63	64
Фрикадельки мясные (п/ф) в соусе томатном	50/40	10,08	11,99	7,56	179
Рис отварной с маслом	150	3,83	5,43	40,01	224
Компот из замороженной черной смородины	200	0,25	0,10	18,80	107
Хлеб сельский	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,28	0,24	14,76	71
Итого:		53,41	22,78	22,60	108,82

платное питание 32,00

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл-в.	Ккал
Понедельник					
Обед					
Щи из св. капусты с картофелем	250	1,82	5,20	8,94	90,67
Котлеты Здоровье из куриных грудок	80	14,36	17,32	5,80	231,58
Макаронные изделия отварные с м/р	180	5,6	5,07	35,91	211,79
Чай с лимоном	200/15/8	0,08	0,01	15,18	62,23
Хлеб белый	32	2,43	0,26	16,74	75,20
Итого:		24,2705	27,85	61,58	671

бесплатное питание 8,00

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл-в.	Ккал
Понедельник					
Завтрак					
Макаронные отварные с маслом	150	5,26	4,17	33,54	193,04
Чай с сахаром	200/15			14,97	59,86
Хлеб белый	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Итого:		6,78	4,33	58,4	300

многодетники 61,31

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК					
Обед					
Рассольник Ленинградский со сметаной, куриным грудками	250/10/30	4,37	8,44	17,39	164
Салат из белокачанной капусты	60	0,93	3,05	5,63	64
Фрикадельки мясные (п/ф) в соусе томатном	50/40	10,08	11,99	7,56	179
Рис отварной с маслом	150	3,83	5,43	40,01	224
Компот из замороженной черной смородины	200	0,25	0,1	25,8	107
Хлеб сельский	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,28	0,24	14,76	71
Итого:		22,74	29,45	120,15	543

Повар: *Л.Р. Фандунцева* Л.Р.

Кондратьев

