



Меню

на 01 февраля 2021 года

1-4 классы 53,41

	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК					
Горькое бесплатное питание младшие					
Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	13,78	54
Салат из белокачанной капусты	60	0,93	3,05	5,63	54
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 сальский	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,28	0,24	14,76	71
Итого:		22,78	22,60	106,82	534,1

Платное питание 32,00

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
Щи из св. капусты с картофелем	250	1,52	5,20	8,94	90,87
Котлеты Здоровье из куриных грудок	80	14,38	17,32	5,80	231,58
Макаронные изделия отварные с м/р	180	6,6	5,07	36,91	211,79
Чай с лимоном	200/15/8	0,08	0,01	15,18	62,23
Хлеб белый	32	2,43	0,26	15,74	75,20
Итого:		24,2705	27,65	64,55	674

бесплатное питание 8,00

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Понедельник					
Завтрак					
Макаронные отварные с маслом	150	5,26	4,17	33,54	199,04
Чай с сахаром	200/15			14,97	59,82
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	250/10/30	4,37	8,44	17,39	164
грудками					
Салат из белокачанной капусты	60	0,93	3,05	5,63	54
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 сальский	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	843

Повар: *Л. П. Фандунцева* Фандунцева Л.П.

