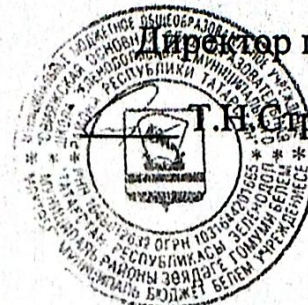




Директор школы

Т.Н. Строкина

Меню

на 20 января 2021 года

1-4 классы 53,41

	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
СРЕДА					
Горячее бесплатное питание младшие					
Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,78	58
Салат из квашенной капусты	60	0,96	3,06	4,94	53
Биточки рыбные из фарша мясной (п/ф)	100	15,8	10,5	18,43	206
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3,47	8,18	21,49	177
Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	0,08	0,01	15,2	62
Хлеб белый	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,28	0,24	14,76	71
Итого:		53,41	24,07	22,47	255,58

платное питание 32,00

Среды	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углевы.	Ккал
Обед						
	Суп со св. капустой, картофелем	250	1,78	5,18	12,25	104
	Гарни из говядины в томат. соусе	50/40	7,34	12,25	10,0	180,44
	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,62	5,40	21,85	242,48
	Чай с сахаром	200/15				14,97
	Хлеб белый	20	2,20	0,23	14,27	68,15
Итого:			15,0457	23,04	78,4	510

бесплатное питание 8,00

Среды	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углевы.	Ккал
Завтрак						
	Каша полбяная вязкая с маслом	150	4,07	5,23	22,01	151,33
	Чай с сахаром	200/15			14,97	59,85
	Хлеб белый	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Итого:			5,59	5,39	46,82	258,18

многодетники 61,31

СРЕДА					
Обед					
Суп - лапша домашняя с картофелем, куриными	250/30	8,52	11,02	14,1	192
грудками (филе)					
Салат из квашенной капусты	60	0,96	3,06	4,94	53
Биточки рыбные из фарша мясной (п/ф)	100	16,826	4,971	4,481	124
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3,47	8,18	21,49	177
Чай с сахаром	200/15	0,08	0,01	15,2	62
Хлеб белый	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,28	0,24	14,76	71
Итого:		26,31	19,05	23,48	369

Повар: *Л.Р. Фандунцева* Л.Р.

Копия