



Директор школы
Т.Н. Строкина

Меню

на 22 января 2021 года

1-4 классы 53,41

	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
ПЯТНИЦА					
Горячее бесплатное питание младшие					
Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	58
Салат из моркови (морковь свежая, масло растительное)	60	0,63	8,043	9,34	95
Гуляш из птицы (грудки куриные)	50/50	11,8	13,01	3,398	169
Макарон (гр. А) отварные (масло сливочное)	150	5,64	4,47	35,95	207
Компот из замороженной компотной смеси	200	2,42	0,06	25,6	108
Хлеб сельский	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,28	0,24	14,76	71
Итого:	53,41	24,25	24,80	108,51	738

Платное питание 32,00

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Пятница					
Обед					
Суп рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,3	6,9	17,3	142,26
Котлеты рыбные	60	7,53	9,65	8,3	146,03
Гороховое пюре с маслом	150	17,3	4,8	36,1	257,36
Чай с сахаром	200/15				14,97
Хлеб белый	27	2,05	0,22	13,28	63,45
Итого:		29,152	21,60	75,0	624

бесплатное питание 8,00

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Пятница					
Завтрак					
Каша рисовая вязкая с маслом	150	2,30	4,13	23,94	142,26
Чай с сахаром	200/15				14,97
Хлеб белый	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Итого:		3,82	4,29	48,75	249

многодетники 61,31

ПЯТНИЦА					
Обед					
Борщ со св. капустой, картофелем, мясными фрикадельками (п/ф), со сметаной	250/22/10	5,32	9,77	12,9	163
Салат из моркови (морковь свежая, масло растительное, с	60	0,63	8,043	9,34	95
Сыр (порционно)	15	3,95	3,99		53
Гуляш из птицы (грудки куриные)	50/50	13,815	18,005	3,395	231
Макарон (гр. А) отварные (масло сливочное)	150	5,64	4,47	35,95	207
Компот из замороженной компотной смеси	200	2,42	0,06	25,6	108
Хлеб сельский	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,28	0,24	14,76	71
Итого:		32,78	42,54	97,19	901

Повар: *Л.Р. Фандунцева* Фандунцева Л.Р.