



Меню

на 03 февраля 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 минтая (п/ф)	100	16,8	10,6	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 сельский	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,28	0,24	14,76	71
Итого:		53,41	24,07	22,67	289

платное питание 32,00

Среда	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеб.	Ккал
Обед						
	Борщ со св. капустой, картофелем	260	1,78	6,18	12,25	104
	Голубцы из говядины в томат. соусе	60/40	7,44	12,25	10,0	180/44
	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,62	5,40	21,55	242/48
	Чай с сахаром	200/15				14/97
	Хлеб белый	20	2,20	0,23	14,27	158/15
Итого:			18,0457	23,04	78,4	610

бесплатное питание 8,00

Среда	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеб.	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 грудками (филе)	250/30	8,52	11,02	14,1	192
	Салат из квашенной капусты	60	0,96	3,06	4,94	53
	Биточки рыбные из фарша минтая (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 сельский	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* Фандунцева Л.Р.

Конис *В.Р.*