

25 Октября 2023 г.

Меню школьника

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак</u>						
5.12	6.62	32.61	210	.200\5	Каша рисовая	11-68
2.28	0.24	14.58	71	30	Хлеб пшеничный	1-80
2.79	3.19	19.71	119	200	Напиток кофейный с молоком Ш	5-77
10	10	67	400			19-25
<u>Обед</u>						
13.21	4.11	6.7	116	.250	Суп картофельный с рыбой	24-23
10.47	15.46	107.8 9	224	.090	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	29-78
3.2	6.06	23.3	161	.150	Картофельное пюре	14-49
13.09	19.33	13.49	280	.100	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	33-08
3.83	7.27	27.95	193	.180	Картофельное пюре	17-46
0.16	1.1	1.57	17	.30	Соус томатный	1-08
2.28	0.24	14.58	71	30	Хлеб пшеничный	1-57
0.33	0	22.66	92	200	Компот из кураги (плодов или ягод сушеных)	3-90
47	54	218	1154			125-59
<u>полдник</u>						
2	0.2	5.8	36	200	Сок	26=
4.67	4.43	35.21	201	.060	Булочка "Веснушка"	4-58
7	5	41	237			30-58
Итого за день:						175-42
63	68	326	1791			

Руководитель

Кузнецова И.И.

Зав. производством

Анфалова Е.А.

Калькулятор

Администратор