

27 Октября 2023 г.

Меню школьника

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак</u>						
7.23	6.67	39.54	247	.200\5	Каша ячневая	9-96
1.7	15.1	10.26	183	.030\10	Бутерброд с маслом	11-55
3.77	3.93	25.95	154	200	Какао с молоком Ш	6-08
13	26	76	584			27-59
<u>Обед</u>						
6.02	9.54	38.25	128	.250	Рассольник ленинградский	22-11
14.69	16.69	9.99	248	.090	Тефтели из говядины паровые	33-28
5.52	5.3	35.33	211	.150	Изделия макаронные отварные	9-60
14.69	16.69	9.99	248	.100	Тефтели из говядины паровые	37=
6.62	6.35	42.39	253	.180	Изделия макаронные отварные	11-57
2.28	0.24	14.58	71	30	Хлеб пшеничный	1-70
0.16	1.1	1.57	17	.30	Соус томатный	1-08
0.33	0	22.66	92	200	Компот из кураги (плодов или ягод сушеных)	3-90
50	56	175	1268			120-24
<u>полдник</u>						
2	0.2	5.8	36	200	Сок	26=
2	0	6	36			26=
Итого за день:						173-83
65	82	256	1888			

Руководитель _____ Кузнецова И.И.
 Зав.производством _____ Анфалова Е.А.
 Калькулятор _____ Администратор