



МЕНЮ
Среда (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
		1-4 классы	Белки	Жиры		Углеводы
Фрукт	100		0,9	3,7	12,3	86,1
Сложный гарнир	150		5,01	4,8	23,43	156,96
Котлета рубленая из птицы	90		10,5	11,25	6,58	170,11
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржан-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Чай с сахаром и яблоками	175/15/10		0,2	0,5	15,7	65,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	53,41		19,89	20,69	81,77	593,47

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
		5-11 классы	Белки	Жиры		Углеводы
Салат картофельный с морковью и кукурузой	100		1,55	7,11	9,98	110,14
Сложный гарнир	180		6,01	7,16	26,03	192,6
Котлета рубленая из птицы	100		10,99	8,8	10,86	201
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60		4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром и яблоками	175/15/10		0,2	0,5	15,7	65,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	48,00		23,31	24,05	92,09	711,04
Родительская плата (за минусом субсидии 8,00 рублей)	40,00					

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
		1-4 классы	Белки	Жиры		Углеводы
Салат из свеклы отварной	60		0,87	4,05	9,21	53,82
Суп картофельный с клецками на мкб со сметаной	225/15/10		6,59	7,62	24,45	232
Рагу овощное с говядиной	200		16,14	14,9	44,3	375,86
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Компот из свежих плодов	200		0,17	0,17	19,18	76,8
Цена обеда/ Итого за обед	62,00		26,29	27,1	115,98	829,81

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
		5-11 классы	Белки	Жиры		Углеводы
Салат из свеклы	100		1,45	6,75	15,35	89,7
Суп картофельный с клецками на мкб со сметаной	225/15/10		6,59	7,62	24,45	232
Рагу овощное с говядиной	220		17,5	16,39	43,01	389,55
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60		4,56	0,48	29,52	142
Компот из свежих плодов	200		0,17	0,17	19,18	76,8
Цена обеда/ Итого за обед	66,00		30,27	31,41	131,51	930,05

МЕНЮ на 8,00 рублей

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Сложный гарнир	150	5,01	4,8	23,43	156,96
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Чай с сахаром	180/15	0,021	0,005	14,975	60

Технолог-калькулятор: Новикова Н.Н.
Старший повар: Васильева В.В.