

# Меню 12 сентября

## Горячее питание старшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
<b>Холодные закуски</b>					
Бутерброд с маслом	30/15	2.4	11.7	15.5	131
Помидоры порционные	100	1.1	0.2	3.8	24
Яблоки	120	0.48	0.48	11.76	56
<b>Вторые блюда</b>					
Гуляш из индейки	50/50	9.03	8.6	8.20	147
Рыба по-московски	80/20	20.2	14.5	3.5	182
Буритос с курицей и сыром	180	21.6	35.3	29.6	525
Грудка кур в том соусе	60/40	2.2	12.1	2.9	170
<b>Гарниры</b>					
Каша гречневая вязкая	180	4.2	5.6	26.46	175
Капуста тушеная	180	4.21	7.4	18	159
<b>Напитки</b>					
Хлеб ржано-пшен/пшеничный	20/20	2.52	0.17	18.84	89
Чай с сахаром	200/8	0.02	0.01	7.99	32

Директор  
 Калькулятор  
 Зав. производством  
 Директор  
 Калькулятор  
 Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания»



# Меню 12 сентября

Горячее питание младшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
<b>Холодные закуски</b>					
Сыр порционный	10	2.63	2.66		35
Салат из св помидор	60	0.67	3.71	2.77	48
<b>Вторые блюда</b>					
Ежики мясные с соусом том	60/40	5.56	7.42	1.01	93
<b>Гарниры</b>					
Макароны отварные	160	6.02	4.76	38.34	221
<b>Напитки</b>					
Хлеб ржано-пшен/пшеничный 20/20		2.52	0.17	18.84	89
Компот из урюка	200	1.00	0.2	9	44

Директор  
 Калькулятор  
 Зав. производством  
 Директор  
 Калькулятор

Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

