



Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «12» октября 2024г.

Суббота (2 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калорий ность
		1-4кл					
1	Салат из свежей капусты с морковью	60	66-76	0,96	2,11	4,33	40,50
	Котлеты «Аппетитные»	90		12,90	12,15	13,15	214,20
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/3		3,79	4,47	39,76	233,80
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
	Итого	553		20,14	19,48	82,99	608,14
		Выход					
		5-11кл					
2	Салат из свежей капусты с морковью	100	57-56	1,75	4,33	8,62	90,53
	Котлеты «Аппетитные» с кашей гречневой рассыпчатой с маслом сливочным	75/150/3		15,16	16,19	44,63	386,76
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
	Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
	Итого	553		18,67	19,24	73,30	568,11
		Выход	9-20				
3	Печенье (крекер)	30		2,25	2,94	22,30	125,1
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
	Итого	230		2,32	2,96	32,31	165,1