



Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «14» января 2025г.

Вторник (1 неделя)

| № п/п | Наименование блюда | Выход | Цена | Белки | Жиры | Углев оды | Калори йность |
|-------|---|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------------------|
| | | 1-4 кл | | | | | |
| 1 | Плоды и ягоды свежие (яблоки) | 100 | 66-76 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| | Сырники из творога с молочной кашей «Дружба» с маслом сливочным | 60/150/5 | | 13,65 | 15,29 | 32,32 | 330,90 |
| | Чай с сахаром | 190/10 | | 0,07 | 0,02 | 10,01 | 40,00 |
| | Хлеб ржаной | 30 | | 1,98 | 0,36 | 11,88 | 59,40 |
| | Итого | 545 | | 16,10 | 16,07 | 64,01 | 477,30 |
| | | Выход | | | | | |
| | | 5-11кл | | | | | |
| 2 | Плоды и ягоды свежие (яблоки) | 100 | 57-56 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| | Сырники из творога с кашей молочной «Дружба» с маслом сливочным | 60/180/3 | | 15,70 | 16,83 | 41,19 | 376,80 |
| | Чай с сахаром | 190/10 | | 0,07 | 0,02 | 10,01 | 40,00 |
| | Хлеб ржаной | 30 | | 1,98 | 0,36 | 11,88 | 59,40 |
| | Итого | 573 | | 18,15 | 17,61 | 72,88 | 523,20 |
| 3 | | Выход | 9-20 | | | | |
| | Вафли | 20 | | 4,92 | 6,96 | 3,26 | 73,38 |
| | Чай с сахаром, с лимоном | 185/10/5 | | 0,12 | 0,03 | 10,16 | 41,70 |
| | Итого | 220 | | 5,04 | 6,99 | 13,42 | 115,08 |