



Р.И Гарифуллин.

МЕНЮ на «20» октября 2025г.

Понедельник (1 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калорий ность
		1-4кл					
1	Яблоки	100	74-77	0,40	0,40	9,80	47,00
	Сырники из творога с кашей молочной «Дружба» с маслом сливочным	60/150/3		10,56	11,85	39,40	324,45
	Кофейный напиток с молоком	200		3,02	2,7	6,0	60,7
	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого	545		16,10	15,29	74,08	491,56
		Выход					
		5-11кл					
2	Яблоки	100	69-70	0,40	0,40	9,80	47,00
	Сырники из творога с кашей молочной «Дружба» с маслом сливочным	60/200/3		16,29	18,33	59,51	459,80
	Кофейный напиток с молоком	200		3,2	2,7	6,0	60,7
	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	Итого	603		22,50	21,89	91,15	646,70
3		Выход					
	Печенье	20	10-30	1,46	2,50	8,8	63,6
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
	Итого	220		1,53	2,52	18,81	103,60