

Меню на 5 июня 2024г.

Утверждено
Начальником ЛОЛ
Е.А. Мальцевой
«5» июня 2024 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы						5-11 классы					
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена
завтрак													
	Салат из белокочанной капусты	60	1,32	2,7	6,3	54,6	4,18	100	2,2	4,5	10,5	91	6,95
	Каша манная молочная	200/5	4,4	5,8	32,8	166	11,33	200/5	4,4	5,8	32,8	166	11,33
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	58	1,63	200	0,2	-	15	58	1,63
	Бутерброд на батоне с маслом	17,7/10	1,43	7,78	9,17	112,22	9,10	17,7/10	1,43	7,78	9,17	112,22	9,10
	Хлеб пшеничный 1с. йодированный	25	2	0,2	10	43	1,85	25	2	0,2	10	43	1,85
	Итого за завтрак:	517,7	9,35	16,4	73,27	433,82	18,09	557,7	10,23	18,28	77,47	470,22	30,86
	Сок фруктовый (перед обедом)	200	1,2	-	23,4	95	22,00	200	1,2	-	23,4	95	22,00
обед													
	Салат картофельный с солеными	60	1,2	3	7,8	61,8	7,88	100	2	5	13	103	13,05
	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/5	1,45	3,93	100,2	82,0	8,77	250/5	1,81	4,91	125,25	102,5	10,70
	Котлета рыбная	100	22,6	7,8	7,2	189,3	39,54	100	22,6	7,8	7,2	189,3	39,54
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	10,85	180	3,67	5,76	24,53	164,7	13,02
	Компот из кураги	200	0,6	-	7,6	33,5	7,74	200	0,6	-	7,6	33,5	7,74
	Хлеб пшеничный 1 с. йодированный	25	2	0,2	10	43	1,85	25	2	0,2	10	43	1,85
	Хлеб ржаной	25	0,96	0,18	5,33	22,08	1,64	25	0,96	0,18	5,33	22,08	1,64
	Итого за обед:	765	31,87	19,91	158,58	568,93	48,27	935	33,64	23,85	192,91	658,08	87,54
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1482,7	42,42	36,39	255,25	1097,75	118,36	1692,7	45,07	42,13	293,78	1223,3	140,40
	Шеф-повар												

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко