

Меню на 11 июня 2024г.

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

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы						5-11 классы					
		выход	белки	жиры	углевод	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углевод	энергетическая ценность	цена
завтрак													
	Салат из свежих огурцов	60	0,48	2,7	1,8	33	4,92	100	0,8	4,5	3	55	13,19
	Каша пшеничная молочная	200/5	8,8	6,8	24,6	195	10,95	200/5	8,8	6,8	24,6	195	10,95
	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107	5,63	200	1,5	1,3	22,4	107	5,63
	Бутерброд на батоне с повидлом	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,40	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,40
	Хлеб пшеничный 1 с. йодированный	25	2	0,2	10	43	1,85	25	2	0,2	10	43	1,85
	Итого за завтрак:	522,7	14,11	11,5	72,33	442,02	30,75	562,7	14,43	13,33	73,53	464,02	36,02
	Сок фруктовый (перед обедом)	200	1,2	-	23,4	95	14,50	200	1,2	-	23,4	95	14,50
обед													
	Салат картофельный с солеными	60	1,2	3	7,8	61,8	4,85	100	2	5	13	103	13,00
	Суп картофельный с горохом	200	6,0	4,0	16	130	4,42	250	7,5	5,0	20,0	162,5	5,53
	Котлета из курицы	100	12,13	17,4	9,86	245,0	38,31	100	12,13	17,4	9,86	245,0	38,31
	Макаронные изделия отварные	150	6	2	36	177	6,18	180	7,2	2,4	43,2	212,4	4,44
	Соус томатный	50					2,30	50					2,30
	Напиток «Витошка»	200	1	-	34	116	4,00	200	1	-	34	116	4,00
	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
	Фрукты свежие <i>ананасы</i>	100	0,4	0,3	10,3	47	36,15	100	0,4	0,3	10,3	47	36,15
	Итого за обед:	910	29,69	27,08	129,29	841,88	105,40	1030	33,19	30,48	145,69	950,98	113,22
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1632,7	45	38,61	225,02	1378,9	153,95	1792,7	48,82	43,81	242,62	1510	166,44
	Шеф-повар												

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко