

Меню на 31 мая 2024г

Утверждено
Начальником ЛОЛ
Е.А. Мальцевой
«30.» *мая* 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 свежих огурцов	60	0,48	2,7	1,8	33	4,92	100	0,8	4,5	3	55	13,19
	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 повидлом	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,24	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,24
	Хлеб пшеничный 1 с. йодированный	25	2	0,2	10	43	1,43	25	2	0,2	10	43	1,43
	Итого за завтрак:	522,7	8,41	9,23	73,13	364,02	16,85	562,7	8,73	11,03	74,33	386,02	32,12
	Сок фруктовый (перед обедом)	200	1,2	-	23,4	95		200	1,2	-	23,4	95	
обед													
	Салат из белокочанной капусты с	60	0,96	5,4	5,46	74,4	4,68	100	1,6	9	9,1	124	12,69
	Суп молочный с макаронными	200	5,75	5,21	18,84	145,2	4,61	250	2,69	2,84	17,14	104,75	9,51
	Кура запечённая	100	26,0	11	-	204,0	52,38	100	26,0	11	-	204,0	52,38
	Рис припущенный	150	3	9	36	241,5	8,88	180	3,6	10,8	43,2	289,8	10,68
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	1,30	50	4,95	2,5	5,05	61,55	1,30
	Компот из сухофруктов	200	1	-	32	124	3,15	200	1	-	32	124	3,15
	Хлеб пшеничный 1 с. йодированный	25	2	0,2	10	43	1,43	25	2	0,2	10	43	1,43
	Хлеб ржаной	25	0,96	0,18	5,33	22,08	1,53	25	0,96	0,18	5,33	22,08	1,53
	Фрукты свежие	100	0,4	0,3	10,3	47	-	100	0,4	0,3	10,3	47	-
	Итого за обед:	910	45,02	33,79	122,98	962,73	85,16	1030	43,2	36,82	132,12	1020,18	93,94
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1632,7	54,63	43,02	219,51	1421,75	112,11	1792,7	53,13	47,85	229,85	1501,2	116,09
	Шеф-повар												

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко