

Меню

5-11 классы льготное питание 16 сентября 2024г. День-1 неделя-1

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Сыр твердых сортов	8,0	9,0	19,8	249,4	15	12,28
Каша молочная овсяная	0,1	0,0	16,9	156,0	200	30,00
Чай с сахаром	2,4	0,4	12,6	63,6	200	4,00
Хлеб пшеничный	0,3	0,0	8,6	38	30	3,00
Итого :	11,1	9,4	60,8	590,0		49,28
Обед II смена 13:00 до 15:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Картофель отварной в молоке	13,3	6,2	0,0	250,4	150	14,00
Тефтели с рисом и соусом	2,1	5,8	26,7	108,0	60/20	29,00
Хлеб пшеничный	0,5	0,0	13,7	84,0	30	3,00
Компот из сухофруктов	2,4	0,4	12,6	63,6	200	3,28
Итого :	26,1	27,8	88,0	506		49,28

Меню

5-11 классы льготное питание 17 сентября 2024г. День-2 неделя-1

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Картофельное пюре	1,4	5,1	8,9	88,0	150	11,28
Курица тушеная с морковью	7,38	7,42	19,68	315,4	70	31,00
Какао с молоком	0,3	0,0	7,2	60,0	200	4,00
Хлеб пшеничный	2,4	0,4	12,6	63,6	30	3,00
Итого :	11,1	13,1	38,4	407,0		49,28
Обед II смена 13:00 до 15:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Рис отварной	15,72	18,19	5,60	249,23	150	10,00
Котлета рыбная с соусом	3,82	3,08	40,1	203,7	80/20	29,00
Хлеб пшеничный	0,90	0,18	18,18	82,80	30	3,28
Компот из яблок	3,16	0,40	19,3	94,00	200	7,00
Итого :	30,70	25,04	104,39	767,66		49,28

Меню

5-11 классы льготное питание 18 сентября 2024г. День-3 неделя-1

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Горошек зел.	12,74	8,61	16,59	195,79	20	6,28
Омлет натур.	12,74	8,61	16,59	195,79	150	36,00
Чай с сахаром	3,28	3,99	22,18	138,19	200	4,00
Хлеб пшенич.	0,05	0,01	9,17	37,96	30	3,00
Итого :	19,26	13,75	68,88	478,81		49,28
Обед II смена 13:00 до 15:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Каша перловая	15,72	18,19	5,60	249,23	150	10,00
Оладьи из печенки	3,82	3,08	40,1	203,7	80	29,00
Компот	0,90	0,18	18,18	82,80	200	7,00
Хлеб пшеничный	3,16	0,40	19,3	94,00	30	3,28
Итого :	30,70	25,04	104,39	767,66		49,28

Меню

5-11 классы льготное питание 19 сентября 2024г. День-4 неделя-1

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Каша вязкая молочная ячневая	12,74	8,61	16,59	195,79	200	31,00
Сыр твердых сортов	8,0	9,0	19,8	249,4	15	12,28
Чай с сахаром	3,28	3,99	22,18	138,19	200	3,00
Хлеб пшеничный	0,05	0,01	9,17	37,96	30	3,00
Итого :	19,26	13,75	68,88	478,81		49,28
Обед II смена 13:00 до 15:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Картофельное пюре	15,72	18,19	5,60	249,23	150	12,00
Биточек из курицы с соусом	3,82	3,08	40,1	203,7	75	28,28
Компот из сухоф.	0,90	0,18	18,18	82,80	200	6,00
Хлеб пшеничный	3,16	0,40	19,3	94,00	30	3,00
Итого :	30,70	25,04	104,39	767,66		49,28