



МЕНЮ

Среда - 2 (возраст 12 лет и старше)

Утверждаю
ИП Зинovieв Б. А.
Согласовано
Директор школы

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Котлеты рубленые из птицы \\Белки - 15,22 г, Жиры - 22,16 г, Углеводы - 15,34 г. Энергетическая ценность 322,00 Ккал\\	100	
2	Рагу из овощей \\Белки - 3,46 г, Жиры - 14,73 г, Углеводы - 17,07 г. Энергетическая ценность 218,00 Ккал\\	200	
3	Кофейный напиток с молоком 54-23гн-2020 \\Белки - 3,80 г, Жиры - 3,50 г, Углеводы - 11,20 г. Энергетическая ценность 91,20 Ккал\\	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,40 г, Жиры - 0,27 г, Углеводы - 12,35 г. Энергетическая ценность 57,47 Ккал\\	25	
5	Хлеб пшеничный \\Белки - 1,97 г, Жиры - 0,25 г, Углеводы - 12,07 г. Энергетическая ценность 58,75 Ккал\\	25	
6			
8	Итого	550	
	Стоимость		68,44

ОБЕД

1	Салат из свеклы отварной \\Белки - 1,60 г, Жиры - 6,00 г, Углеводы - 11,00 г. Энергетическая ценность 104,00 Ккал\\	100	
2	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне \\Белки - 5,65 г, Жиры - 6,83 г, Углеводы - 6,92 г. Энергетическая ценность 111,98 Ккал\\	250	
3	Бефстроганов \\Белки - 12,75 г, Жиры - 18,94 г, Углеводы - 5,47 г. Энергетическая ценность 225,31 Ккал\\	100	
4	Макаронные изделия отварные \\Белки - 6,62 г, Жиры - 5,42 г, Углеводы - 31,73 г. Энергетическая ценность 202,14 Ккал\\	180	
5	Сок фруктовый или овощной \\Белки - 0,54 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 29,34 г. Энергетическая ценность 122,76 Ккал\\	180	
6	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,96 г, Жиры - 0,38 г, Углеводы - 17,29 г. Энергетическая ценность 80,46 Ккал\\	35	
7	Хлеб пшеничный \\Белки - 4,74 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 28,98 г. Энергетическая ценность 141,00 Ккал\\	60	
8	Итого	905	
	Стоимость		74,93

Повар: