



# МЕНЮ

Пятница - 1 (возраст 12 лет и старше)

Утверждаю

ИП. Зиновьев В.А.

Согласовано

Директор школы

*Зиновьев В.А.*



## ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	<b>Тефтели из индейки</b> \\Белки - 19,36 г, Жиры - 26,01 г, Углеводы - 19,69 г. Энергетическая ценность 371,65 Ккал\\	100/50	
2	<b>Макаронные изделия отварные</b> \\Белки - 6,62 г, Жиры - 5,42 г, Углеводы - 31,73 г. Энергетическая ценность 202,14 Ккал\\	180	
3	<b>Какао с молоком 54-21гн-2020</b> \\Белки - 4,60 г, Жиры - 4,40 г, Углеводы - 12,50 г. Энергетическая ценность 107,20 Ккал\\	200	
4	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> \\Белки - 1,40 г, Жиры - 0,27 г, Углеводы - 12,35 г. Энергетическая ценность 57,47 Ккал\\	25	
5	<b>Хлеб пшеничный</b> \\Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\\	40	
6			
8	<b>Итого</b>	595	
<b>Стоимость</b>			68,44

## ОБЕД

1	<b>Овощи натуральные свежие (огурцы)</b> \\Белки - 0,70 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 1,90 г. Энергетическая ценность 12,00 Ккал\\	100	
2	<b>Суп из овощей на мясном бульоне</b> \\Белки - 5,12 г, Жиры - 5,81 г, Углеводы - 9,66 г. Энергетическая ценность 118,82 Ккал\\	250	
3	<b>Овощное рагу с мясом</b> \\Белки - 15,11 г, Жиры - 16,56 г, Углеводы - 15,83 г. Энергетическая ценность 310,74 Ккал\\	250	
4	<b>Сок фруктовый или овощной</b> \\Белки - 0,54 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 29,34 г. Энергетическая ценность 122,76 Ккал\\	180	
5	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> \\Белки - 1,96 г, Жиры - 0,38 г, Углеводы - 17,29 г. Энергетическая ценность 80,46 Ккал\\	35	
6	<b>Хлеб пшеничный</b> \\Белки - 4,74 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 28,98 г. Энергетическая ценность 141,00 Ккал\\	60	
7			
8	<b>Итого</b>	875	
<b>Стоимость</b>			74,93

Повар: