

Меню на 21 октября 2022 г

Для обучающихся 1-4 классов, в том числе детей из ММС

Выход блюдо, г	Наименование блюд	белки	жиры	угле воды	ккал
252	Плов из мяса птицы	15,21	16,65	37,28	359,21
200	Напиток витаминизированный «Витошка»			9,7	39
190	Яблоко	0,8	0,5	12,3	59
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	3,6	0,45	24,75	117
	Итого за завтрак:	19,61	17,60	83,98	573,96

Для детей с ОВЗ и детей-инвалидов

Выход блюдо, г	Наименование блюд Завтрак	белки	жиры	угле воды	ккал
250	Плов из мяса птицы	15,21	16,65	37,28	359,21
200	Напиток витаминизированный «Витошка»			9,7	39
190	Яблоко	0,8	0,5	12,3	59
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	3,6	0,45	24,75	117
	Итого за завтрак:	19,61	17,60	83,98	573,96
Выход блюдо, г	Наименование блюд Обед	белки	жиры	угле воды	ккал
60	Салат из белокочанной капусты с морковью	1,38	3,08	7,01	62,12
250/30	Рассольник ленинградский с мясом птицы	2,09	5,01	13,9	109,77
60/40	Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	9,95	9,48	8,57	159,02
150	Картофельное пюре	3,95	6,09	26,5	177,19
200	Чай с сахаром			9,98	39,9
50	Хлеб пшеничный витаминизированный	3,6	0,45	24,75	117
	Итого за обед:	19,59	21,03	83,7	602,88

Для обучающихся 5-11 классов, питающихся на родительские взносы

Выход блюдо, г	Наименование блюд	белки	жиры	угле воды	ккал
50	Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	9,95	9,48	8,57	159,02
100	Картофельное пюре				
200	Чай с сахаром			9,98	39,9
85	Хлеб пшеничный витаминизированный	3,6	0,45	24,75	117

Повар: Скоп Скопинцева Р.А.