

Меню на 29 ноября 2022 г

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

Выход блюдо, г	Наименование блюд	белки	жиры	угле воды	ккал
230/6	Каша пшеничная молочная	8,4	10,3	38,8	282,0
35	Бутерброд с маслом	9,7	9,9	30,8	256,0
200	Чай с сахаром			9,98	39,9
190	Яблоко	0,8	0,5	12,25	58,8
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	3,2	0,4	22	104
	Итого за завтрак:	22,1	21,1	113,83	740,65

Для детей с ОВЗ и детей-инвалидов

Выход блюдо, г	Наименование блюд Завтрак	белки	жиры	угле воды	ккал
230/6	Каша пшеничная молочная	8,4	10,3	38,8	282,0
35	Бутерброд с маслом	9,7	9,9	30,8	256,0
200	Чай с сахаром			9,98	39,9
190	Яблоко	0,8	0,5	12,25	58,8
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	3,2	0,4	22	104
	Итого за завтрак:	22,1	21,1	113,83	740,65
Выход блюдо, г	Наименование блюд Обед	белки	жиры	угле воды	ккал
60	Салат из моркови	1,38	3,08	7,01	62,12
250/60	Щи из свежей капусты с мясом птицы	1,55	4,11	7,18	72,63
250	Плов из мяса птицы	15,21	16,65	37,28	359,21
200	Чай с сахаром			9,98	39,9
50	Хлеб пшеничный витаминизированный	4	0,5	27,5	130
	Итого за обед:	22,1	24,3	89,00	663,9

Для обучающихся 5-11 классов, питающихся на родительские взносы

Выход блюдо, г	Наименование блюд	белки	жиры	угле воды	ккал
50	Котлеты рубленные из птицы	10	11	8	171
100	Рис отварной				
50	Соус томатный				
200	Чай с сахаром			8.98	39.9
85	Хлеб пшеничный витаминизированный	4	0,5	27,5	130

Повар: _____