



Меню на 03.02.2022г.

Сезон: осенне-зимний, неделя первая день 5 приёдное меню

1-4 класс

Масса порции	Наименование блюда	№ рецеп.	Энергетическая ценность (ккал.)		Жиры	Углеводы	Белки
			275,48	(ккал.)			
205	Запеканка из творога	208	28,97	16,72	0,34	0,22	10,2
200	Чай с лимоном	376	60	15,0	0,02	0,02	0,07
40	Хлеб пшеничный, ржаной	338	27,6	0,34	0,4	0,16	3,16
200	Яблоко свежее	338	27,6	0,34	0,34	0,16	0,52
200	Яблоко свежее	338	27,6	0,34	0,34	0,16	0,52

5-11 класс (с оплатой завтрака)

Масса порции	Наименование блюда	№ рецеп.	Энергетическая ценность (ккал.)		Жиры	Углеводы	Белки
			275,48	(ккал.)			
200	Запеканка из творога	208	28,97	16,72	0,34	0,22	10,2
120	Яблоко свежее	338	27,6	0,34	0,34	0,16	0,52
200	Чай с лимоном	377	62	15,2	0,02	0,02	0,07
40	Хлеб пшеничный, ржаной	338	27,6	0,34	0,4	0,16	3,16

5-11 класс (с оплатой обеда)

Масса порции	Наименование блюда	№ рецеп.	Энергетическая ценность (ккал.)		Жиры	Углеводы	Белки
			283,1	(ккал.)			
200	Суп с макаронными изделиями	111	10,4	4,06	1,9	14,6	
80	Мясо тушенное	256	2,89	16,8	14,6	14,6	
150	Каша перловая	302	49,5	7,25	4,93	4,93	
200	Чай с сахаром	376	60	0,02	0,07	0,07	
40	Хлеб пшеничный, ржаной	338	27,6	0,34	1,58	1,58	

5-11 класс (без оплаты)

Масса порции	Наименование блюда	№ рецеп.	Энергетическая ценность (ккал.)		Жиры	Углеводы	Белки
			146,22	(ккал.)			
200	Каша пшеничная	175	38,66	2,77	4,34	4,34	
50	Соевые томаты	587	4,2	2,4	1,3	1,3	
200	Чай с сахаром	376	60	0,02	0,07	0,07	
40	Хлеб пшеничный, ржаной	338	27,6	0,34	3,16	3,16	

ОВЗ

Масса порции	Наименование блюда	№ рецеп.	Энергетическая ценность (ккал.)		Жиры	Углеводы	Белки
			275,48	(ккал.)			
205	Запеканка из творога	208	28,97	16,72	0,34	0,22	10,2
200	Чай с лимоном	376	60	15,0	0,02	0,02	0,07
40	Хлеб пшеничный, ржаной	338	27,6	0,34	0,4	0,16	3,16
200	Яблоко свежее	338	27,6	0,34	0,34	0,16	0,52
200	Яблоко свежее	338	27,6	0,34	0,34	0,16	0,52
200	Компот из свежих яблок	342	114,6	27,9	0,16	0,16	3,9
48	Вафли	139	23,9	3,06	3,9	3,9	

Повар: *С.Н. Остапешевская*