

Меню на 26.04.2023г.

Сезон: весенне-летний, неделя вторая день 8 примерное меню

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
0.9	2.16	5.1	43.2	53	икра свекольная	60
8.4	6.5	9.7	131	350	Тефтели из говядины в томатном соусе	110
11.8	8.82	52.3	335.8	202	Каша гречневая	205
0.3	0.1	9.5	40	459	Чай с лимоном	200
2.88	0.42	17.8	86.4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

5-11 класс (с доплатой завтрак)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
0.9	2.16	5.1	43.2	53	икра свекольная	60
8.4	6.5	9.7	131	350	Тефтели из говядины в томатном соусе	110
11.8	8.82	52.3	335.8	202	Каша гречневая	205
0.2	0.1	9.3	38	457	Чай с сахаром	200
2.88	0.42	17.8	86.4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

5-11 класс (с доплатой обед)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
5.04	2.86	11.7	92.6	113	Суп картофельный с бобовыми	200
16.3	18.2	34.6	368	330	Плов из говядины	200
0.2	0.1	9.3	38	457	Чай с сахаром	200
2.88	0.42	17.8	86.4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

5-11 класс (без доплаты)


Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
11.8	8.82	52.3	335.8	202	Каша гречневая	200
0.61	3.66	2.37	44.85	420	Соус томатный	50
0.2	0.1	9.3	38	457	Чай с сахаром	200
2.88	0.42	17.8	86.4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

ОВЗ

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
0.9	2.16	5.1	43.2	53	икра свекольная	60
8.4	6.5	9.7	131	350	Тефтели из говядины в томатном соусе	110
11.8	8.82	52.3	335.8	202	Каша гречневая	200
0.3	0.1	9.5	40	459	Чай с лимоном	200
2.88	0.42	17.8	86.4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

Второй завтрак

0.3	0.2	14.2	60	487	Компот из свежих яблок	200
0.4	0.4	9.8	44	82	Яблоко свежее	120

Повар:  С.Н. Осташевская