

Меню на « 3 » июле 20 25 г.

Утверждено
Начальником ЛОЛ
Е.А.Мальцевой
« 2 » июле 20 25 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы						
		выход	белки	жир ы	углевод ы	энергети ческая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергети ческая ценность	цена
завтрак													
	Салат из свежих огурцов	60	0,48	2,7	1,8	33	14,80	100	0,8	4,5	3	55	24,67
	Каша пшеничная молочная	200/5	8,8	6,8	24,6	195	13,38	200/5	8,8	6,8	24,6	195	15,91
	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107	6,98	200	1,5	1,3	22,4	107	6,98
	Бутерброд на батоне с повидлом	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,92	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,92
	Хлеб пшеничный 1 с. йодированный	25	2	0,2	10	43	2,24	25	2	0,2	10	43	2,24
	Итого за завтрак:	522,7	14,11	11,5	72,33	442,02	42,32	562,7	14,43	13,33	73,53	464,02	54,72
	Сок фруктовый (перед обедом)	200	1,2	-	23,4	95	22,00	200	1,2	-	23,4	95	22,00
обед													
	Салат картофельный с солеными	60	1,2	3	7,8	61,8	11,33	100	2	5	13	103	18,81
	Суп молочный с макаронными	200	5,75	5,21	18,84	145,2	11,20	250	2,69	2,84	17,14	104,75	14,00
	Курица тушеная с соусом	100/50	26,9	18,9		285	48,10	100/50	26,9	18,9		285	48,10
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	9,58	180	10,8	12,6	50,4	360	11,54
	мисочка «Витошка»	200	1	-	34	116	9,00	200	1	-	34	116	9,00
	Хлеб пшеничный 1 с. йодированный	25	2	0,2	10	43	2,24	25	2	0,2	10	43	2,24
	Хлеб ржаной	25	0,96	0,18	5,33	22,08	1,99	25	0,96	0,18	5,33	22,08	1,99
	Фрукты свежие свежие	100	0,4	0,3	10,3	47	19,34	100	0,4	0,3	10,3	47	19,34
	Итого за обед:	910	46,21	42,79	128,27	1020,08	112,81	1030	46,75	40,02	140,17	1080,83	125,05
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1632,7	61,52	54,32	224	1557,1	174,13	1792,7	62,38	53,35	237,1	1639,85	201,47

Т.П. Ярошенко

Я.Я.