

меню на 08 июня 2023 г.

Утверждено
Начальником ЛЮЛ
Е.А.Мальцевой
« 08 » июня 2023 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы					
		выход	белки	жиры	углевод ы	энергети ческая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергети ческая ценность
Диета №8 завтрак												
	Салат из свежих помидоров						60	0,54	2,7	2,88	38,4	9,55
	Каша пшеничная молочная						200/5	8,8	6,8	24,6	195	10,12
	Кофейный напиток						200	1,5	1,3	22,4	107	5,97
	Бутерброд на батоне с сыром						17,7/15	5,23	4,28	9,03	95,37	11,82
	Хлеб пшеничный 1с. йодированный						25	2	0,2	10	43	1,49
	Итого за завтрак:						522,7	18,07	15,28	68,91	478,77	
	Сок фруктовый (перед обедом)						200	1,2	-	23,4	95	19,00
Диета №8 обед												
	Винегрет овощной						60	0,82	3,71	5,06	56,88	10,20
	Суп рисовый (харчо)						200	7,18	2,94	11,76	102,26	5,85
	Котлета рубленая из говядины						100	15,55	11,55	15,7	228,75	17,08
	Овощное рагу						150	4,5	7,95	19,05	177	8,84
	Кисель «Витошка»						200		-	18,4	73,6	8,75
	Хлеб пшеничный 1 с. йодированный						25	2	0,2	10	43	1,49
	Хлеб ржаной						25	0,96	0,18	5,33	22,08	1,32
	Итого за обед:						760	31,01	26,53	85,3	703,57	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						1482,7	50,28	41,81	177,61	1277,34	
	<i>фрукты (яблоко)</i>											29,60

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

меню на 08 июня 2013г

Утверждено
Начальником ЛОЛ
Е.А. Мальцевой
«07» июня 2013г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы				
		выход	белки	жиры	углевод	энергетическая ценность	выход	белки	жиры	углевод	энергетическая ценность
завтрак											
	Салат из свежих помидоров	60	0,54	2,7	2,88	38,4	1,13	6,19	4,72	79,1	16,00
	Каша пшеничная молочная	200/5	8,8	6,8	24,6	195	8,8	6,8	24,6	195	10,12
	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107	1,5	1,3	22,4	107	5,37
	Бутерброд на батоне с сыром	17,7/15	5,23	4,28	9,03	95,37	5,23	4,28	9,03	95,37	11,82
	Хлеб пшеничный 1с. йодированный	25	2	0,2	10	43	2	0,2	10	43	1,49
	Итого за завтрак:	522,7	18,07	15,2	68,91	478,77	18,66	18,77	70,75	519,47	
	Сок фруктовый (перед обедом)	200	1,2	-	23,4	95	1,2	-	23,4	95	19,00
обед											
	Внегнет овощной	60	0,82	3,71	5,06	56,88	1,36	6,18	8,44	94,8	17,00
	Суп рисовый (харчо)	200	7,18	2,94	11,76	102,26	6,18	3,3	14,65	113,0	7,32
	Котлета рубленая из говядины	100	15,55	11,55	15,7	228,75	15,55	11,55	15,7	228,75	47,08
	Овощное рагу	150	4,5	7,95	19,05	177	5,4	9,54	22,86	212,4	10,60
	Кисель «Витошка»	200	-	-	18,4	73,6	-	-	18,4	73,6	8,75
	Хлеб пшеничный 1с. йодированный	25	2	0,2	10	43	2	0,2	10	43	1,49
	Хлеб ржаной	25	0,96	0,18	5,33	22,08	0,96	0,18	5,33	22,08	1,32
	Итого за обед:	760	31,01	26,33	85,3	703,57	31,45	30,95	95,38	787,63	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1482,7	50,28	41,81	177,61	1277,34	51,31	49,72	239,25	1402,1	
	<i>фрукты (яблоко)</i>										13,60

Шеф-повар **Т.П. Ярошенко**